Prof. K. Grybauskas

LIETUVOS TIR VAISTINGOSIOS DARŽOVĖS

Valstybinė Enciklopedijų Žodynų ir Mokslo Literatūros Leidykla

LIETUVOS TSR VAISTINGOSIOS DARŽOVĖS

Asklepijus aukoja vaistingus augalus Apolonui

Valstybinė
Centr. Moksl. Med.
BIBLIOTEKA

S:42629

LMF

Prof. Dr. KAZIMIERAS GRYBAUSKAS
NUSIPELNĘS LIETUVOS TSR MOKSLO VEIKĖJAS

LIETUVOS TSR VAISTINGOSIOS DARŽOVĖS

VALSTYBINĖ
ENCIKLOPEDIJŲ, ŽODYNŲ IR MOKSLO LITERATŪROS
LEIDYKLA

Valstybinė
Centr. Mokslo Med.
BIBLIOTEKA

73 48437
Fm. 46,10

Проф. Др. К. Грибаускас

ЛЕКАРСТВЕННЫЕ ОВОЩИ ЛИТОВСКОЙ ССР

(На литовском языке)

Atsakingasis redaktorius K. Gasparavičius
Dailininkas. A. Labutis
Techninkinis redaktorius N. Smalstys
Vyresnioji korektorė K. Dvarionaitė

Išleido Valstybinė Enciklopedijų, Žodynų ir Mokslo Literatūros Leidykla 1946 m. Kaune. Leidinio Nr. 30.

Pasirašyta spausdinti 1946. VIII. 28. LV 05652.
Tiražas 10.000 egz. Popierius spaudos s/m 63×86 cm 55 gr.
11 spaudos lankų. 10 autorinių lankų.
Kaina Rb. 12,—

Spaudė Valstybinė „Varpo" Spaustuvė Kaune, Gedimino 38.
Spaustuvės užsakymo Nr. 183.

PRATARTIS

Daržovių pasaulis yra labai platus. Deja, dėl klimatinių sąlygų Lietuvoje galime auginti gana ribotą šitos augalijos dalį. Kituose skirtingo klimato kraštuose žmonės augina apsčiai tokių daržovių, kurių kai kas iš mūsų net nematėme. Bet iš kitos pusės, pas mus nemaža auginama tokių daržovių, kurios dėl jų nepaprastai svarbių cheminės sudėties dalių yra plačiai žinomos ir vartojamos visame pasaulyje. Aplamai imant, į daržovių asortimentą žmogus išsirinko iš plačios žemės rutulio gamtos tiktai tokius augalus, kurie pasižymėjo maisto praktikoje kuriuo nors ypatingu naudingumu. Be to, šituos augalus jis amžių būvyje atkakliai dar tobulino, dar gerino savo naudai ir pagaliau juos privertė atsisakyti nuo laisvo augimo plačioje gamtoje. Tuo būdu kai kurie dabartinių mūsų daržovių augalai, paklusniai apsigyvenę nors siauroje daržų nelaisvėje, bet nepaprastoje žmogaus globoje, tartum visiškai susitaikė su savo likimu. Pagaliau tarp kultūrinių daržovių ir kultūringų žmonių susidarė tokia glaudi pusiausvyra, kurioje vieni be kitų tartum net gyventi nebegalėtų. O besiartinantį prie mirties žmogų paprastai lydi tam tikri jo organizmo negalavimai, sutrikimai. Šitokiai negerovei pašalinti bei su ja kovoti žmogus pirmiausia stiprina savo organizmą racionaliu maistu ir vaistais. Todėl čia mes įžiūrime neginčytiną maisto ir vaistų artimumą bei jų analogiškumą žmogaus gyvenime. Kita labai būdinga maisto ir vaistų panašybė pastebima jų vartojimo kiekyje. Iš tiesų, perdėtas arba nepakankamas tiek maisto, tiek

vaistų naudojimas žmogaus organizmui yra beveik vienodai nenaudingas. Be to, tiek maistas, tiek ir vaistas esti naudingesnis tada, kai jis yra tinkamai pagamintas ir savo laiku panaudotas. Kadangi daugumas vaistų tam tikrais koncentracijos būdais yra gaminami iš augalų, iš jų tarpo neišskiriant net daržovių, tai šio darbo uždavinys iš dalies buvo numatyta praktinė informacija tiems, kurie mūsų krašte daržoves vartoja ne vien tik valgymui, bet ir vadinamam naminiam gydymui. Tačiau svarbiausias šio darbo siekimas yra prisidėti prie tų, kurie mano, kad Lietuvoje iš viso daržovių auginama ir vartojama dar per maža ir kad racionalus žmonių mitybos praturtinimas daržovėmis mūsų tautai, ypač jaunajai kartai būtų labai naudingas. Todėl šituo atžvilgiu Lietuvoje auginamų daržovių vaistingumas yra tikrai svarbus.

LIETUVOS TSR AUGINAMŲ DARŽOVIŲ VAISTINGUMAS

AGUONA, DARŽINĖ

Papaver somniferum L.

Rus.: Mak
Latv.: Magone
Lenk.: Mak
Vok.:Mohn
(Papaveraceae šeimos)

Aguonų yra daugybė įvairių atmainų, besiskiriančių ne tiktai žiedais, vaisinėmis dėžutėmis, bet taip pat savo chemine sudėtimi ir klimatiniais auginimo reikalavimais.

Visos aguonų atmainos turi pieniškų sulčių, kuriose daugiau ar mažiau yra smarkiai žmogaus organizmą veikiančių alkaloidų. Bet sėklose jų nerandame. Užtat visų aguonų sėklose yra kartais net iki 50% riebiojo aliejaus, kuris gerai tinka valgyti, iki 13% baltymų, gleivingų medžiagų ir kt. Dėl aliejaus buvimo aguonų sėklos kai kada yra vartojamos emulsijos pavidalu (aguonų pienas) vaistams gaminti.

Aguona yra skiriama prie vaistinių ir net prie nuodingų augalų daugiausia dėl minėtų jos sulčių. Sukietėjusios šitos sultys vaistinėse yra vadinamos opijumi (O p i u m). Geriausios rūšies opijų gamina iš Persijoje, Turkijoje ir kituose šiltesniuose kraštuose specialiai auginamų tam tikrų aguonų atmainų.

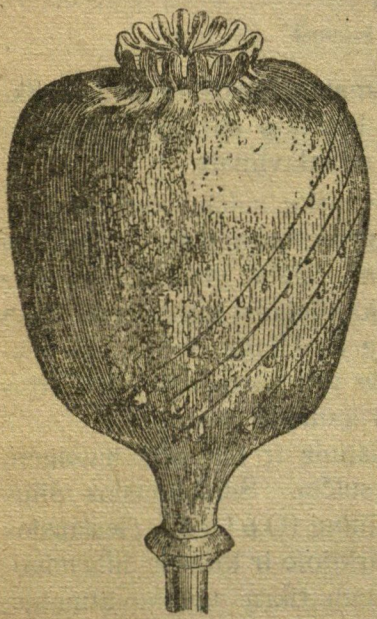
Mūsų daržuose auginamų aguonų neprinokusiose dėžutėse (galvelėse), lapuose ir stiebuose tokio opijaus po truputį taip

pat yra. Todėl nepateisinamai blogai daro tos mamytės, kurios savo rėksnius vaikučius girdo aguonų galvelių arba lapų arbata, kad vaikas miegotų. Toks miegas yra ne kas kita, kaip stipraus apnuodijimo požymis. Taip migdomas vaikas užauga sužalotas, bukaprotis.

Aguonų vaistai gali būti sėkmingai vartojami vien tiktai pagal gydytojo nurodymus.

Vaistų reikalui dar neprinokusios dėžutės (galvelės) skinamos giedrią dieną priešpietinėmis valandomis, jos tuojau išilgai perskeliamos į 4 dalis ir džiaunamos gerai vėjo perpučiamoje patalpoje. Apvytusias dėžutes geriau baigti džiovinti šildomoje, gerai ventiliuojamoje džiovykloje iki 60°C temperatūroje.

Tinkamiausias laikas aguonų dėžutėms skinti yra po kokių 7 dienų vainiklapiams nukritus. Tuo metu jos turi savyje daugiausia sulčių ir veikiančių substancijų.



Aguonos dėžutė suraižytu šonu jos pieniškosioms sultims išleisti

Prieš džiaunant ir iš sudžiūvusių galvelių visai iškratomos dar neprinokusių sėklų liekanos, o pačios išdžiūvusios aguonų galvelės, kad neatidrėktų, laikomos sausoje patalpoje. Tokios galvutės vaistinėje yra vadinamos Fructus arba Capita Papaveris.

Aguonų galvelių vaistai žmogaus organizmą veikia panašiai kaip opijus, tik žymiai silpniau už jį.

Vaistinėse iš aguonų galvelių yra gaminami įvairūs preparatai, pvz. tam tikras sirapas, vynas, lašai ir kt.

Pagal gydytojo nurodymą iš aguonų galvelių yra verdama arbata (1—7 gramams galvelių — 250 g vandens), kuri geriama 2—4 kartus per dieną po ¼—½ stiklinės nuo spazminių vėmimo priepuolių, susijusių su virškinimo nenormalumais, sergant dizenterija, skrandžio sloga, vėžiu ir kt.

Kai kas Lietuvoje aguonų galvelių arba džiovintų lapų su stiebais po žiupsnelį deda į vonias nuo strėnų skaudėjimo (Lumbago), nuo reumato ir kt. Į tokias vonias yra dedama, be aguonų, dar avižinių pelų bei šiaudų ir šieno pabirų.

Kai kurios opijinės aguonų atmainos gali būti auginamos ir pas mus. Jos geriausiai tarpsta apysunkėje, derlingoje, švarioje žemėje. Sausą, šiltesnę vasarą iš tokių aguonų ir Lietuvoje galima gauti gero opijaus, tiktai jo kiekis pas mus, dėl nepastovaus oro, yra gaunamas palyginti labai mažas, neišsimokantis. Tas darbas ateityje gal išsimokėtų tiktai tada, jei iš aguonų opijų išimtume patobulintu ekstrakcijos būdu.

AGURKAS, PAPRASTASIS

Cucumis sativus L.

Rus.: Огурец
Latv.: Gurki
Lenk.: Ogórek
Vok.: Gurke
(Cucurbitaceae šeimos)

Vaistams vartoti geriau tinka visai prinokę agurkai, užauginti ne po inspektų stiklu, bet po atviru dangumi. Tada juose esti iki 0,5% įvairių mineralinių, labai naudingų druskų, ištirpusių vandenyje, kurio agurke yra apie 95%, šiek tiek baltyminių medžiagų, eterinio aliejaus, cukraus apie 1% ir kt. Beveik visos veikiančiosios agurko sudėties dalys yra jo sultyse. O kietosios, celiuliozinės agurko audinio dalys yra beveik nesuvirškinamos. Jos labai apsunkina vidurius bei virškinimą. Todėl silpnesnių vidurių žmonės net negali agurkų valgyti, o jų gaivinančias sultis geria beveik visai neapsunkindami viršk-

kinimo. Todėl fitoterapijos reikalui yra vartojamos žalių agurkų beveik vien tiktai sultys. Jas sėkmingai vartojo jau senovės graikų išminčiai. Mūsų laikais taip pat pasitaiko vaistinėse patentuotas, kosmetinis skystimas, vadinamoji Agurkų esencija, vartojama veido ir rankų odai prižiūrėti. Tokios esencijos geriausiai ir paprasčiausiai galima patiems pasigaminti, sumaišius dvi dalis šviežiai išspaustų, perkoštų agurko sulčių su 1 dalimi glicerino. Toks, ilgai negendantis skystis, įtrintas į odą, žadina jos funkciją, odą švelnina, minkština, lygina ir daro atsparią išoriniams atmosferos erzinimams.

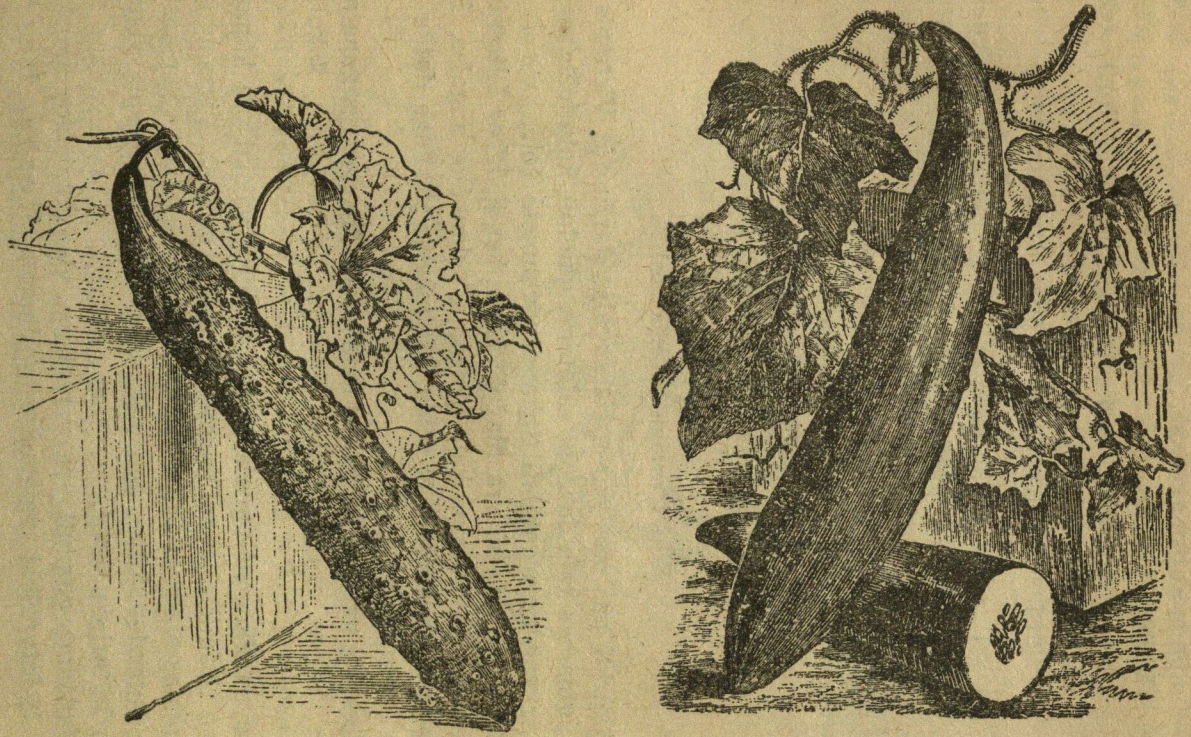
Žalių agurkų šviežiai nuluptos žievelės kaitrų metu sodiečių dedamos prie nuogos kaktos ir smilkinių nuo staigaus apopleksinio ir neuralginio galvos skaudėjimo.

Šviežios agurkų sultys (Succus Cucumis sativi recens) grynos arba su medum bet kokiais kiekiais yra geriamos nuo įvairių veido ir šiaip odos išbėrimų, nuo bronchito, odos džiova sergant ir duodamos nuo troškulio karščiuojantiems ligonims, ypač vasaros kaitrų metu.

Raugintų, ne per sūrių agurkų sultys, turinčios savyje, be kita ko, pieno rūgšties, yra geriamos žiemą, kaip organizmą gerai šildantis vaistas.

Žalios agurkų sėklos, smulkiai sugrūstos ir vandeniu truputį atskiestos iki tyrelės konsistencijos, žiemą dedamos prie nušaldytų kūno vietų, o sėklų nuoviras (1—2 valgomieji šaukštai sėklų — 1 litrui vandens) geriamas 3—4 kartus per dieną po ½—1 stiklinę nuo inkstų (Nephritis), pūslės (Cystitis) uždegimo, nuo smulkiųjų dėlių (Oxyuris), įsiveisusių žarnose. Tokiems vaistams geriausiai tinka agurkų sėklos, ne senesnės kaip 4 metų.

Dabartiniais laikais agurkų sultys niekur nelaikomos farmakopėjiniu preparatu. Tiktai viduriniais amžiais būdavo gaminama kosmetinė agurkų pomada pagal šitokį farmakopėjinį receptą:



Dviejų atmainų agurkai

Paimti: šviežiai išspaustų agurko sulčių (Succus Cucumis sativi recens) ..... 1200 g
Vidinių kiaulės taukų (Axungiae porci) ..... 1000 „
Jaunos veršienos taukų (Sebum bovini junior.) 600 „
Tolu balzamo (Balsami Tolutani) ..... 2 „
Stipraus rožių vandens (Aquae Rosarum fort.) 10 „

Visa tai reikia gerai sumaišyti į tolygios konsistencijos masę, kurią trindavo į veido, rankų odą, kad ji būtų švelni, graži.

AGURKLĖ, VAISTINĖ

Borrago officinalis L.

Rus.: Огуречник
Latv: Gurkenes
Lenk.: Ogórecznik
Vok.: Boretsch
(Borraginaceae šeimos)

Agurklė pas mus dar retas augalas daržuose. Vietomis jis yra auginamas kaip daržovė salotoms gaminti, kaip bičių mėgstama ir vaistams gaminti tinkama vienametė žolė.

Agurklės tėvynė yra Mažoji Azija, bet ji dabar šiltesniuose kraštuose sutinkama kaip užneštas, sulaukėjęs augalas. Pas mus agurklė auginama iš sėklų. Ji mėgsta derlingą daržų žemę ir sausą, saulėtą vietą.

Agurklė užauga iki 80 cm aukštumo. Jos šaknys gana mėsingos, baltos, stiebas status, žolėtas, tuščiaviduris, šakotas; lapai nelygiai, bukai dantytais kraštais, žiedai riestuko formos kekėse, gražios mėlynos spalvos, nusvirę; vaisiai yra kanapės didumo riešutėliai; žydi liepos—rugpiūčio mėnesį. Visas agurklės augalas apaugęs šiurkščiais, mažais plaukeliais. Supiaustytos ir sutrintos žalios agurklės dalys maloniai kvepia agurko kvapu ir turi jo skonį.

Vaistams gaminti yra vartojama visa žydinčios agurklės žolė. Ji lotyniškai vaistinėse vadinama Herba Borraginis.

Pastaraisiais laikais terapijoje pirmenybė duodama preparatams, pagamintiems iš žalios, nedžiovintos agurklės žolės arba iš jos išspaustoms sultims, kurios vaistinėje yra vadinamos Succus Borraginis recens. Jei prireikia tokias

Agurklės žydinti viršūnė

sultis laikyti atsargoje ilgesnį laiką, į jas primaišoma konservavimo reikalui apie 12—18% etilinio spirito.

Sausa žolė geriama arbatos (infusum) pavidalu. Tam reikalui žolė piaunama žydėjimo metu ir džiovinama pagreitintu būdu šildomoje džiovykloje apie 50°C temperatūroje. Kaitresniu vasaros metu žolę galima džiovinti ir gerai ventiliuojamoje skardinėje pastogėje, ne saulėje. Iš iš-

džiūvusios žolės stambesnės stiebo dalys išmetamos, o likusios plonos viršūnės su lapais bei žiedais smulkiai supiaustomos ir laikomos sausoje patalpoje.

Agurklės vaistai įvairiomis formomis yra geriami nuo pilvo plėvės uždegimo ir nervų sistemai stiprinti, ypač sergant ipochondrija, susijusia su virškinimo kanalo sutrikimų priežastimi. Tam reikalui iš sausos agurklės žolės yra verdama arbata (5 kupini valgomieji šaukštai žolės — ½ litro vandens). Tokia arbata geriama po 1 stiklinę 2—6 kartus per dieną, o šviežios sultys geriamos po 1 valgomąjį šaukštą 1—4 kartus per dieną.

Agurklės žolė veikia dėl esančių joje specialaus eterinio aliejaus, tam tikrų dervingų ir didelio kiekio gleivingų medžiagų, kalio, kalcio nitrato druskų ir kt.

Be vaistų ir salotų, agurklės pafermentuoti lapai gerai tinka kasdieninei arbatai virti; žiedai dedami į valgomąjį actą, iš supiaustytų žalių lapų ir žiedų gaminami prieskoniniai konservai. Tam reikalui žalią agurklė ir cukrus eilutėmis dedami į stiklinius indus, kad juos galima būtų laikyti atsargoje ilgesnį laiką.

ANYŽIUS

Pimpinella Anisum L.

Rus.: Анис
Lenk.: Aniž
Vok.: Anis
(Umbelliferae šeimos)

Nors daržininkai anyžių jau rekomenduoja auginti Lietuvoje, bet reikia pasakyti, kad šis augalas kol kas pas mus dar ne visados prinoksta. Vis dėlto tinkamoje žemėje ir kaitresnę vasarą jį mažais kiekiais patariama auginti daržuose vien tiktai savo šeimos reikalams.

Anyžius yra vienametis augalėlis, užaugąs apie 30—40 cm. Jo stiebelis status, šakotas, apvalus; lapai ne visi vienodos for-

mos; didieji žiedinės skėteliai turi nuo 7 iki 15 spindulių, o mažieji (antraeiliai) — nuo 4 iki 9 spindulių; vaisiai maži, sulipę iš dviejų puselių, tartum kriaušiškos formos, smulkiai gauruoti, švelniai vagoti, maloniai kvapūs, salstančiai skoningi.

Anyžių vaisiai yra visur plačiai vartojami įvairiomis formomis vaistams gaminti ir kaip prieskonis. Jų gydomosios savybės ir skonis daugiausia priklauso nuo sudėtingo eterinio aliejaus, kurio esti geruose vaisiuose apie 2%, anetolio, cukraus apie 4%, tam tikros organinės anyžių rūgšties, aldehido, ketono, cholino ir kt.

Vaistams gaminti yra vartojami anyžiaus vien tik vaisiai, vaistinėse vadinami Fructus Anisi vulgaris. Iš jų yra gaminama daug įvairių farmaciškų preparatų, pvz. anyžių aliejus (Oleum Anisi), anyžių lašai su amoniaku (Liquor Ammonii anisatus), Tinctura Anisi, Sirupus Anisi ir daug kitų. Be to, yra geriami anyžių vaisiai, smulkiai sutrinti į miltelius arba arbatos pavidalu. Anyžiaus eterinis aliejus gerai naikina utėles ir gydo niežus. Tam reikalui šituo aliejumi, grynu arba sumaišytu su spiritu, trinama oda paliestose kūno vietose.

Anyžiaus visas augalas ir greta — žiedas, vaisius (sveikas ir skersai perpiautas)

Visi į vidų priimti tam tikru kiekiu anyžiaus vaistai organizmą veikia kaip trūkčiojantieji (spasmolyticum), raminantieji (sedativa), atkosintieji (expectorantia) ir dujovaliai (carminativa).

Arbatai virti imami 2—4 arbatiniai šaukšteliai vaisių į 1 stiklinę vandens. Tokia arbata geriama gurkšneliais arba po 1 valgomąjį šaukštą 4—6 kartus per dieną. Anyžių milteliai geriami po 1 g 3—4 kartus per dieną pavalgius. Eterinis anyžių aliejus geriamas po 3—7 lašus su cukrumi arba pienu bei medumi 3—5 kartus per dieną. Anyžiaus paprastieji lašai (Tinctura Anisi) geriami su pienu arba vandeniu po 5—15 lašų 3—5 kartus per dieną. Visi šitie anyžiaus vaistai į vidų priimami dažniausiai nuo chroniško bronchito su patirštėjusiais skrepliais, nuo dieglių viduriuose, nuo pilvo išpūtimo, apetitui, pieno liaukoms žadinti, gimdymo eigai palengvinti ir kt. Anyžiaus spiritas arba anyžiaus aliejus, sumaišytas su kanapių arba su saulėgrąžų aliejumi 1+10 santykiu, įtrinamas į odą nuo niežų bei nuo utėlių. Anyžiaus vanduo (Aqua Anisi) yra sėkmingai vartojamas burnai ir nosiai plauti nuo įvairių gleivinės uždegimų bei suerzinimų.

Anyžiams auginti taikoma vieta sausa, saulėta. Žemė turi būti gerai išdirbta, derlinga, bet ne šviežiai įtręšta gyvulių mėšlu, be piktžolių, ne per lengva, kalkinga. Iš mineralinių trąšų pirmiausia turi būti dedama kreidos apie 40 g į 1 m^2 ir kainito apie 15 g į 1 m^2.

Sėklos sėjamos anksti pavasarį apie 17 cm platumo eilutėmis. Vienam arui (100 m^2) apsėti reikalinga apie 250 g sėklų. Apsėtos eilutės vasarą stropiai ravimos ir purinamos. Kada stiebeliai pagelsta ir vaisiai pradeda rudėti, piaunamas derlius. Jis rišamas mažais pėdžiukais ir galutinai nokinamas, džiovinamas saulėje. Iškultos, išvėtytos ir dar kartą gerai išdžiovintos sėklos saulėje laikomos gerai užvožiamuose induose, sausoje patalpoje.

ANKŠTPIPIRIS. PAPRIKA

Capsicum annuum L.

Rus.: Перец стручковый
Latv.: Turku pipars
Lenk.: Pieprz turecki
Vok.: Spanischer Pfeffer
(Solanaceae šeimos)

Ankštpipiris yra kilęs iš Meksikos, bet dabar jis jau daug kur Europoje yra plačiai auginamas kaip kultūrinis augalas. Ypač daug ankštpipirių, vadinamų Paprika, auginama Vengrijoje, Turkijoje, Ispanijoje, Rumunijoje ir Italijoje. Keliais pastaraisiais metais Lietuvoje taip pat kai kas jau pradėjo ankštpipirius auginti po atviru dangumi nedideliais kiekiais.

Ankštpipiris yra vienametis, žolinis augalas, užaugąs iki 50 cm. Jo stiebas status, šakotas, plikas, neaiškiai kampuotas; lapai paprasti, smailiagaliai, pliki; žiedai taip pat ant kampuoto, dažniausiai — sulenkto žiedkočio, jie nešvariai balti, pavieniai arba po du šakelių ir lapų pažastyse; vaisiai yra raudono, pailgo, nusvirusio maišelio pavidalo uoga.

Vaistams gaminti yra vartojami ankštpipirio vien tiktai vaisiai, vaistinėse vadinami Fructus Capsici. Tam reikalui jie turi būti prinokę, raudonos spalvos.

Ankštpipirio vaisiai yra svarbi vaistinė medžiaga, nes ji turi savyje daug vitamino C, apie 0,01—0,2% alkaloido kapsicino, tam tikro eterinio aliejaus, organinės rūgšties ir kt.

Ankštpipiriai yra be kvapo, bet jų vaisiai pasižymi labai stipriu, gleivines ir odą erzinančiu, tartum deginančiu skoniu.

Iš ankštpipirių vaisių vaistinėse yra gaminami vidiniam ir išoriniam vartojimui įvairūs preparatai, pvz. Tinctura Capsici, Linimentum Capsici compositum, Emplastrum Capsici, Unguentum Capsici, Extractum Capsici fluidum ir kt. Farmacijos laboratorijose iš ankštpipirių yra gaminamas grynas vitaminas C.

Bet kokia forma mažais kiekiais į vidų priimti ankštpipirių vaistai puikiai stiprina organizmą ir žadina virškinimą.

Bet perdėtai didesniais kiekiais galima sukelti plonųjų žarnų uždegimą (Enteritis), apetito sumažėjimą (Anorexia), vidurių slogą (Gastritis), inkstų uždegimą (Nephritis) ir kt.

Be aukščiau minėtų preparatų, paprastai yra geriami ankštpipirio sausų vaisių smulkiai sumalti milteliai. Jie geriami su pienu arba vandeniu po 0,1 g 3 kartus per dieną, o Tinctura Capsici geriama po 10—30 lašų 3 kartus per dieną.

Išoriniam gydymui ankštpipirio preparatai, pvz. Linimentum, Emplastrum, Spiritus ir kt., yra vartojami odai erzinti (Acria) nuo reumato, neuralgijos, pleurito, pneumonijos ir kt. Be to, burnai skalauti infekciniams reiškiniams šalinti ir

Ankštpipirio viršūnė su žiedais ir su jaunais vaisiais

nuo anginos yra gaminamas ankštpipirio vanduo (Aqua Capsici). Tam reikalui į 500 g šilto vandens kelioms valandoms laiko merkiama 2,5 g supiaustytų, sausų ankštpipirio vaisių.

Pas mus ankštpipirius galima auginti daugiausia saulės kaitinamoje dirvoje. Žemė turi būti ne per lengva, bet labai gerai įtręšta, derlinga ir švari nuo piktžolių. Pakankamas tręšimas mineralinėmis trąšomis (salietra, superiu ir kalio druska) derlių labai gerai pakelia.

Ankštpipiriai yra sodinami diegais apie 30 cm atstumu augalas nuo augalo. Sodinti patariama tiktai vėlyvą pavasarį (apie gegužės mėn. 27—31 d.), kai bet koks šalnų pavojus yra jau praėjęs, nes žemesnės naktų temperatūros ankštpipiriai visai nepakenčia. Taip pat nepakenčia lietaus užpilamos dirvos, nors šiaip augantieji diegai, iki jų vaisiai užsimegs, turi būti sausesniu laiku gausiai laistomi rytais.

Diegams užauginti sėklos sėjamos, panašiai kaip ir pomidorai, apie kovo mėn. pradžią. Vaisiai skinami, kai jie viršūnėje pradeda rausti. Nuskinti vaisiai suvarstomi ant siūlo per kotelį ir džiovinami saulėje. Ten jie ne tiktai išdžiūsta, bet galutinai prinoksta, parausta. Sausi vaisiai yra laikomi atsargoje sveiki, nesupiaustyti. Nesuskubę prinokti, žalios spalvos nors ir smulkiausi vaisiai taip pat neišmetami, bet sunaudojami valgyti. Tam reikalui jie marinuojami ir patiekiami skaniais ir naudingais prieskoniais, ypač mėsiškiems valgiams.

ARBŪZAS, TIKRASIS

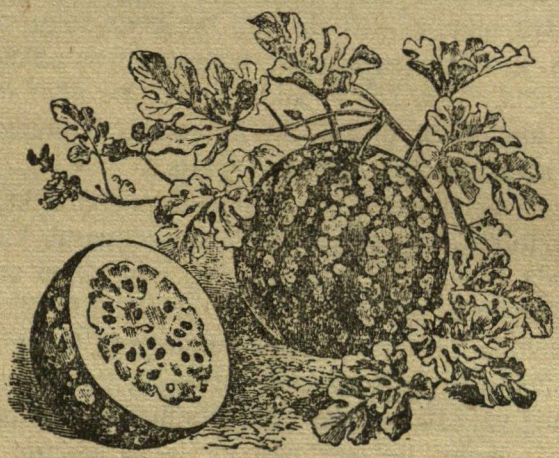
Citrullus vulgaris Schrd.

Rus.: Арбуз
Lenk.: Kawon
Vok.: Wasser-Melone
(Cucurbitaceae šeimos)

Tikrasis arbūzas yra kilęs iš atogrąžų kraštų, ypač iš Afrikos ir iš rytinės Indijos. Iš ten jis ilgus amžius gana lėtai keliavo per Prancūziją, Italiją, Ispaniją į rytinę Europą ir tuo būdu mus pasiekė. Tiesą pasakius, kol kas arbūzas mūsų dar-

žuose yra dar tiktai maloni retenybė. Be to, dėl klimatinių sąlygų ir skoniu jis pas mus dar negali prilygti šiltesniuose kraštuose užaugintiems arbūzams. Gal dėl to dar daug kas tikrojo arbūzo vardą pas mus painioja su meliono (Cucumis Melo L.) ir net su moliūgo (Cucurbita Pepo L.) vardais.

Tikrasis arbūzas priklauso prie vienamečių, greitai augančių ir kopiančių augalų. Jo lapai giliai skeltomis, 3—5 skiltimis; žiedai geltoni; vaisiai dažniausiai yra beveik visai rutuliški, žalios spalvos paviršiumi; pasižyminčiu raibumu arba marmu-



Tikrojo arbūzo vaisius, sumažintas apie 8 kartus

rišku dėmėtumu ir blizgesiu; vaisiaus minkštimas yra labai sultingas (apie 91% vandens), maloniai saldaus skonio, intensyviai raudonos arba retkarčiais — balkšvos bei gelsvos spalvos, kuri priklauso nuo arbūzo atmainos; sėklos labai gausios, dažniausiai tamsiai, juodai rudos arba kai kurių atmainų — balkšvos bei kitokios spalvos.

Vaistų reikalui iki šiol buvo vartojamos arbūzų dažniausiai tiktai sėklos. Jos paruošiamos tuo pačiu būdu ir naudojamos vienodoms ligoms gydyti, kaip ir agurkų sėklos.

Pastaraisiais laikais jau daug kur kreipiama dėmesio į prinokusių arbūzų minkštimo gydomąją galią.

Arbūzo minkštimas yra vartojamas pirmiausia nuo virškinamojo trakto uždegimų. Tam reikalui jis yra valgomas žalias arba dar geriau — geriamos šviežiai išspaustos jo sultys po 1 stiklinę 3—4 kartus per dieną.

Arbūzų minkštime, be vandens ir cukraus, yra apie 1% proteinių, apie 0,5% aliejinių, apie 5% beazotinių ekstraktyvinių ir kitų cheminių substancijų.

Nedidelis skaičius arbūzų pas mus gali būti auginamas tik geroje priežiūroje. Geriausiai jie tinka Lietuvoje auginti po stiklu, t. y. šiltadaržiuose (inspektuose). Tik kai kurios ankstyviausios arbūzų atmainos kaitrią vasarą gali prinokti ir po atviru dangumi, bet tada jų vaisiai esti visgi palyginti maži ir nepakankamai saldūs.

Arbūzams auginti žemė parenkama labai derlinga, gerai išdirbta, geroje saulės atokaitoje ir apsaugota nuo šaltesnių vėjų.

Šiltadaržiuose žemė arbūzams sudedama dar rudenį taip, kad jų viduryje žemės paviršius būtų ne lygus, kaip kad paprastai daroma, ir ne įdubęs, bet gerokai (apie 10 cm aukštumo) iškilęs, lyginant su šiltadaržio pakraščiais.

Tiek atviram auginimui, tiek ir šiltadaržinei kultūrai arbūzo diegai auginami iš anksto. Tam reikalui sėklos sėjamos dėžutėse arba puodeliuose vasario mėn. pabaigoje. Diegai prižiūrimi, kad jie pakankamai būtų laistomi ir užtektinai turėtų šviesos. Geriausia yra auginti tiktai po vieną diegą puodelyje. Taip užauginti diegai šiltadaržiuose sodinami gegužės mėn. pradžioje po 1 diegą po kiekvienu šiltadaržio langu, o po atviru dangumi sodinami apie 70 cm atstumu diegas nuo diego birželio mėn. pradžioje, t. y. kada jau praeina šalnų pavojus.

Pasodinti diegai stropiai prižiūrimi, kad neapaugtų piktžolėmis ir visą vasarą gausiai laistomi rytais ne per šaltu vandeniu.

Reikalinga prisiminti, kad tikrųjų arbūzų virkščios galai netrumpinami, kaip kad tai daroma su moliūgais ir su melionais.

Prinokę arbūzai barška taip, kad tartum jie yra tušti viduryje.

Lietuvoje auginti gal geriausiai tinka šios arbūzų atmainos:

a) „Raudonmėsis Caras“. Jis yra mūsų klimate patvariausias ir gero skonio.

b) „Rostovskij“. Pasižymi derlingumu, geru patvarumu, vaisiai nedideli, bet skanūs, raudona mėsa, nedidelėmis, juodomis sėklomis.

c) „Baron Steinheil“. Vaisiai pailgi, gana ankstyvi, šviesiai žalios spalvos brūkšniuotu paviršiumi, raudona, saldžia mėsa, nedidelėmis, juodomis sėklomis.

ARTIŠOKAS

Cynara Scolymus L.

Rus.: Артишок
Lenk.: Kardy
Vok.: Artischoke
(Compositae šeimos)

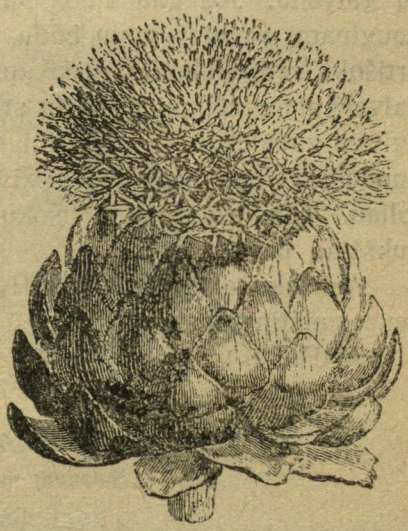
Lietuvos daržininkų tarpe artišokas yra laikomas jau nebe retenybė. Pas mus auginamas ne tiktai savo reikalui, bet retkarčiais pristatomas net parduotuvėms. Šita Vak. Europoje tartum būtina ir prašmatni daržovė pas mus dar tuo tarpu nesusilaukė didesnio mėgėjų skaičiaus.

Artišokas yra daugiametis augalas, bet mūsų klimate jis iššąla. Todėl rudenį artišokai Lietuvoje nepaliekami dirvoje, bet iškasami su didesniu žemės gabalu ir žiemą laikomi sausame rūsyje pasodinti į smėlį.

Artišoko pagrindinė šaknis yra stambi, o pats augalas užauga iki pusantro metro. Jo lapai plunksniškai skiautėti, apatinėje pusėje pilkšvai tartum gauruoti; žiedinės galvelės stambios, mėsingos. Ypač mėsingas galvelių žiedsostis. Todėl jis ir galvelių skraistės žvyniški lapeliai sudaro geriausią augalo dalį valgyti kaip vertinga daržovė. Be to, artišokas auginamas kaip įdomi darželio gėlė, žydinti mėlynais žiedeliais. Artišoko sėklos užauga tinkamame klimate apie 7 mm ilgumo, o iš jų sudygę nauji artišokai ne visados ir ne visi esti tų pačių savy-

bių, kaip motininis augalas. Todėl artišokai dažnai dauginami ne vien tik iš sėklų, bet ir motininių kelmelių vegetatyviniu paskirstymu. Tokiu būdu artišokai tinkamoje priežiūroje gana greitai įsišaknija ir prigyja.

Vaistų reikalui kai kas vartoja artišoko žalius lapus (Folia Cynarae scolymi recens). Iš jų spaudžiamos sultys, kurios geriamos po 1 šaukštą 3 kartus per dieną nuo vandens ligos ir kaip geras šlapimą varantis (diuretičum) vaistas.



Artišoko žiedynas

Artišokams auginti geriausiai tinka apydrėgnis juodžemis ir giliai (apie 50 cm) išdirbtas. Vieta turi būti geroje saulės atokaitoje, lygi. Tokia vieta ir žemė greičiausiai surandama kur nors paupiais vandens suneštame ir padžiūvusiame dumblyne.

Artišokai reikalauja labai daug kaitros. Tam reikalui artišokais apsodintas lysveles kai kas apdengia kilnojamu stikliniu stogeliu.

Artišokų sėklos sėjamos puodeliuose apie vasario mėn. viduri ir laikomos šiltame, saulėtame kambaryje. Vėliau palaipsniui diegai retinami, puodelyje paliekant tiktai vieną stipresnį augalą. Taip užauginti diegai sodinami dirvoje su visu iš puodelio išimtu žemės gabalu tada, kai šalnų pavojus ore jau visai negresia. Tas pas mus paprastai esti tiktai po gegužės mėnesio 27—31 dienos. Geriausia artišokus sodinti per 1 metrą augalas nuo augalo. Tuo būdu paprastai yra sodinama artišokų tiktai 1 eilė lysvės viduryje.

Artišokai visą vasarą gausiai laistomi ir stropiai ravimi. Iš vieno artišokų kelmelio gerose sąlygose užauga keletas stie-

belių. Iš jų paliekami tiktai du stipriausi, o kiti išpiaustomi. Taip pat paliekamos tiktai 1—2 žiedinės galvelės stiebe, o silpnesnės galvelės taip pat anksti išpiaustomos. Galvelių derlius piaunamas valgyti tada, kai žiedynai gerai išsivysto, bet prieš žiedams pražystant. Tada galvelės esti mėsingiausios ir skaniausios.

Iš sėklų užauginti artišokai dažniausiai neišvysto visai gerų galvelių. Jos gaunamos pirmos rūšies tada, kai artišokai dauginami vegetatyviniu būdu. Tam reikalui iš visų augančių artišokų reprodukcijai išrenkami tiktai stipriausi, geriausiomis galvelėmis egzemplioriai. Jų stiebeliai supiaustomi apie 10 cm ilgumo gabalėliais ir sukaišiojami po vieną į žemės pripildytus puodelius. Ten jie gerai prižiūrimi greitai įsišaknija ir auga toliau. Taip užauginti artišokų diegai sodinami lysvėse, kaip aukščiau pasakyta.

Artišokų auginimas yra, lyginant su kitomis daržovėmis, bene sudėtingiausias.

Artišokai valgomi panašiai kaip smidrai (šparagai).

BAKLAŽANAS

Solanum melongena L.

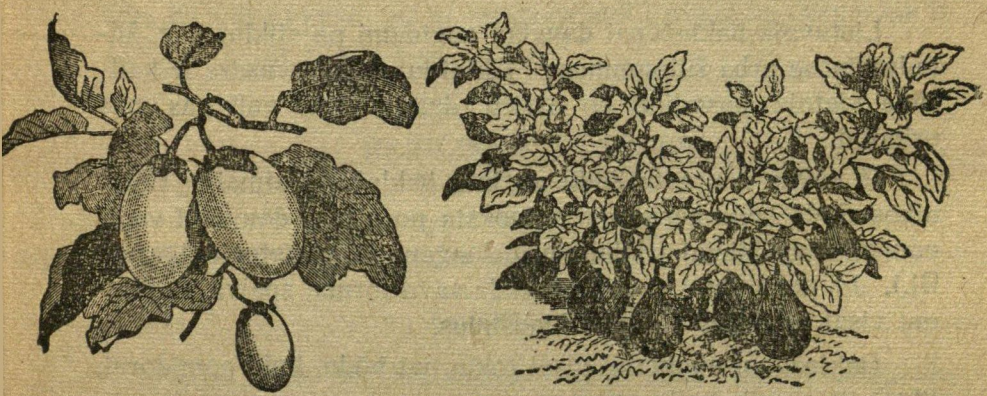
Rus.: Баклажан
Lenk.: Oberzynka
Vok.: Eierkraut
(Solanaceae šeimos)

Šios, pas mus dar labai maža auginamos, daržovės vardas yra paimtas iš rusų kalbos. Pats augalas yra kilęs iš Rytų Indijos, bet dabar jis gana plačiai auginamas šiltesniuose kraštuose, pvz. — Graikijoje, Italijoje, Ispanijoje ir kt. Todėl baklažano kultūrinių atmainų yra išvesta apie 18. Jos pasižymi tarp savęs pirmiausia savo vaisių nevienoda forma bei spalva, jų nelygiu didumu ir kt.

Šiaip baklažanas savo botaniška prigimtimi yra artimas pomidorui, tik jo lapai nesudėtiniai, stiebas statesnis ir vaisiai auga ne kekėmis, bet pavieniai lapų pažastyse.

Valstybinė
Centr. Mokslinė ūkio
BIBLIOTEKA

48427



Baklažano visas augalas ir jo vaisiai dviejų rūšių

Baklažanas yra vienametis kultūrinis augalas, užaugąs nuo 0,5 iki 1,0 m, bet šaknys auga ne taip giliai, kaip pomidoro. Lapai pailgai ovališki, įlankstiškais kraštais, apaugę smulkiais, žvaigždiškais plaukeliais. Žiedai taisyklingi, labai trumpu vainikėlio vamzdeliu, melsvos spalvos. Atskirų atmainų vaisiai esti pailgi, dažniausiai kiaušinio arba kriaušės formos, nuo slyvos didumo iki 30 cm ilgumo, įvairių spalvų, pvz. baltos, raudonos, violetinės, juodos, dryžuoti ir kt. Sėklos paplokščios, apie 2—4 mm ilgumo, gelsvai balkšvos. Jų 1000 vienetų sveria 3,8—4,0 g, o daigumas išsilaiko iki 4 metų laiko.

Vaistų reikalui kai kur liaudis v a r t o j a baklažano vien tiktai vaisius. Tam reikalui jie verdami vandenyje, nulupami, supiaustomi, apvalkstomi miltais, po to apkepami verdančiame aliejuje arba svieste, pabarstomi pipirais, pasūdomi ir valgomi įvairiais kiekiais apetitui žadinti ir virškinimui reguliuoti, ypač tada, kai pilvą pučia.

I š o r i n i a m g y d y m u i vartojami žali baklažano vaisiai. Tam reikalui jie smulkiai sugrūdami į tyrės konsistencijos masę, kuri dedama ant odos nuo įvairių jos uždegimų bei skausmingų suerzinimų.

Lietuvoje baklažanai daugiau auginami po stiklu, t. y. šiltadaržiuose arba šiltnamiuose. Tiktai labai šiltą vasarą ir kaitrioje vietoje pasodinti po atviru dangumi jie gali pas mus prinokti.

Iš keleto paprastu būdu augintų baklažano atmainų Botanikos Sode bene geriausiai prinoksta po atviru dangumi vadinamieji kiaušininiai (Solanum melongena L. varietes ovigerum Bl.). Jie auga žemi, o vaisius veda savo forma, spalva ir didumu visai panašius į žąsies kiaušinius.

Baklažanai auginami visai tokiu pat būdu, kaip pomidorai, tiktai jie nereikalauja atramos.

Baklažanams auginti turi būti skiriama žemė labai derlinga, giliai išdirbta, šilta. Jie sodinami apie 40—50 cm atstu diegas nuo diego žymiai vėliau, kaip kad pomidorai, būtent —

birželio mėnesio pradžioje, bet sėklos diegams užauginti sėjamos šiltadaržiuose bent kiek anksčiau, negu pomidorų sėklos.

Apskritai baklažanai auga net ir geriausiose sąlygose ne taip vešliai, kaip kad pomidorai. Stambesnių atmainų iki šalnų pradžios dar neprinokę vaisiai (sverią iki 1 kg) nuskinami anksčiau, negu reikia, ir pakabinami ant siūlo saulėje, kur jie galutinai prinoksta.

Pas mus geriausiai prinoksta ankstyvųjų, mažaūgių atmainų vaisiai, pvz. „ankstyviausi violetiniai nykštukai", „ankstyvieji Palermo violetiniai", „juodieji Tokio kriaušiniai" ir „juodieji Nagasaki žemieji". Iš gana gerai pas mus prinokstančių baklažanų taip pat dar galima paminėti „New-Yorko milžinų atmainą".

Įvairiai pagaminti (virti, kepti, troškinti) baklažanų vaisiai su įvairiais prieskoniais (pipirais, svogūnais, česnakais, actu ir kt.) valgomi daugiausia su mėsiškais patiekalais, tiršteshio padažo pavidalu tepami ant duonos, ant sūrio ir kt.

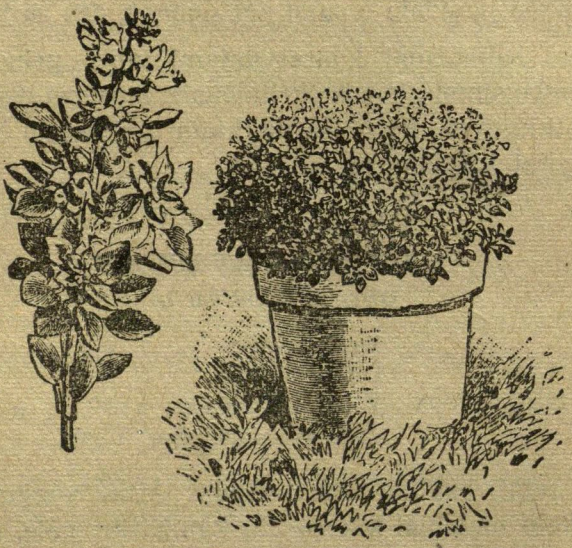
Žiemai baklažanai konservuojami taip: prinokę vaisiai skersai supiaustomi plonais skritulėliais, kuriems duodama saulėje truputį apvysti, po to jie merkiami į aliejų su česnakais ir laikomi gerai užvožtuose induose.

BAZILIKAS, KVAPUSIS

Ocimum Basilicum L.

Rus.: Базилик
Lenk.: Bazylja
Vok.: Basilienkraut
(Labiatae šeimos)

Nors retai, bet jau seniai vienas kitas augina Lietuvoje baziliką, kaip maloniai kvepiančią kambarinę gėlę, net nežinodamas jos tikro vardo. Baziliką galima auginti pas mus ne tiktai kambariuose, bet ir daržuose kaip prieskonį ir kaip vaistinį augalą.



Plačialapės atmainos bazilikas auga po atviru dangumi. Čia greta parodomas jo atskiras žiedas, žydinti viršūnė ir kaip jis auginamas puode

Bazilikas yra vienametė žolė, kilusi iš Rytų Indijos. Jos stiebas keturkampis, viršutinėje savo dalyje minkštai plaukuotas, užaugąs apie 30 cm aukštumo. Lapeliai beveik lygiakraščiai, priešiniai, blakstienėtais lapkočiais, apskritai pailgi, žiedeliai nedideli, gelsvai balkšvi arba retkarčiais — rausvi, beveik sėdį, sukrauti dažniausiai po 3 šakelių viršūnėse į menturiškai varpiškos formos žiedynes. Viršutinė vainikėlio lūpa keturskiautė, apatinė — sveika; taurelė — dvilūpė; kuokeliai — ilgoki.

Prieskoniams ir vaistams gaminti yra vartojama baziliko žolė, vadinama Herba Basilici. Ji piaunama prieš pat augalui pražystant giedrią dieną, rišama mažais pundeliais ir džiovinama gerai vėjo perpučiamoje pastogėje, ne saulėje. Išdžiūvus žolė turi būti natūralaus kvapo ir žalios, neparudavusios spalvos. Žolės atsarga yra laikoma skardinėse dėžutėse, sausoje patalpoje, kad neišsikvėptų ir neatidrėktų.

Sausoje baziliko žolėje yra iki 1,5% eterinio aliejaus (Oleum Basilici aethereum), apie 6% rauginių medžiagų, apie 0,13% rūgštaus saponino, bent kiek cineolio, linalolio, pėdsakai dar neištirto gliukozido ir kt.

Baziliko eterinis aliejus yra gaminamas destiliuojant žolę karštais vandens garais. Farmakologiniu atžvilgiu šitas aliejus yra įdomus tuo, kad jis žadinamai veikia cerebro spinalinę inervaciją. Tam reikalui aliejus geriamas 2 kartus per dieną, lašinant ant cukraus po 5—6 lašus.

Baziliko žolė yra geriama šiltos arbatos pavidalu po 2—3 stiklines per dieną dažniausiai nuo žarnų ir pūslės slogos ir nuo jos pasekmių.

Arbatai virti imama 1 arbatinis šaukštelis žolės — vienai stiklinei vandens. Tą pačią arbatą kai kas sėkmingai vartoja burnai skalauti nuo jos įvairių uždegimų.

Bazilikui auginti mūsų klimato sąlygose reikia lengvo, derlingo, per daug neperdžiūstančio juodžemio ir saulėtos vietos. Dirva trėšiama gerai supuvusiu gyvulių mėšlu ir mineralinėmis trąšomis. Vienam arui (100 m²) patręšti imama apie 300 kg mėšlo, 4 kg zuperio, 1,5 kg 40% kalio druskos ir apie 1,5 kg

sieros amoniako salietros. Be to, bazilikui yra visados pageidautinos kalkės.

Bazilikas yra sodinamas diegais per 25 cm augalas nuo augalo. Diegams užauginti baziliko sėklos sėjamos dėžutėse, kurios prižiūrimos kambaryje arba šiltadaržiuose (inspektuose). Vienam arui ploto apsodinti yra sėjama apie 7 g gero daigumo sėklų.

Bazilikais apsodinta dirva visą vasarą stropiai ravima, purinama ir laistoma.

Baziliko žolės prieskonis yra dedamas į sriubas, į padažus, į jeknines dešras, taip pat yra vartojamas agurkams rauginti ir dedamas į organizmui stiprinti vonias.

BRAŠKĖ

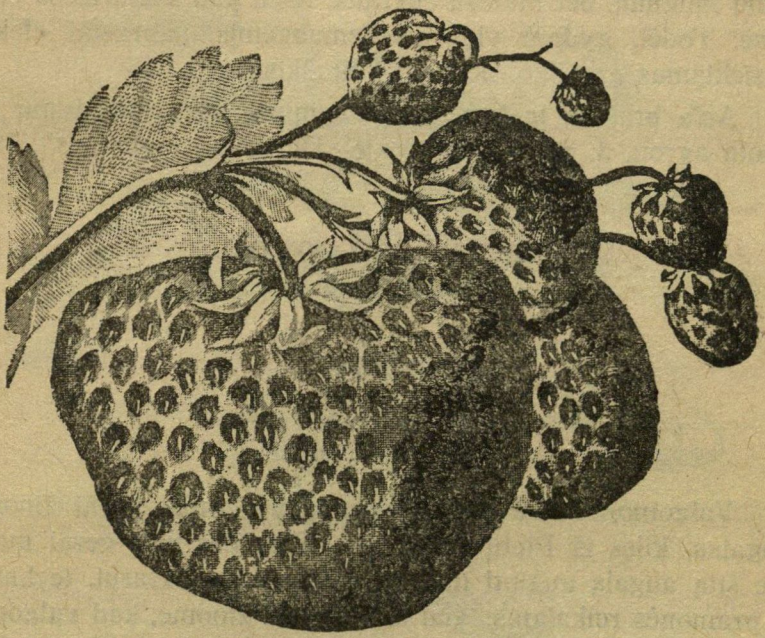
Fragaria vesca L., f. hybrida
Rus.: Клубника
Lenk.: Truskawka
Vok.: Erdbeere
(Rosaceae šeimos)

Braškė yra labai gerai žinoma, pas mus plačiai auginama daržovė. Ji turi gana daug kultūrinių atmainų, kurios vaistų reikalui visos vienodai tinka.

Braškių gydomoji reikšmė yra rimtai pagrįsta svarbiais jos cheminės sudėties junginiais. Iš tokių junginių pirmoje eilėje yra laikomi tanidai, kai kurios laisvos augalinės rūgštys, vitaminai, proteinai, geležies, fosforo junginiai, cukrus ir kt. Įvairiose braškės augalo dalyse šitų substancijų yra ne vienodai. Todėl vaistų reikalui yra atskirai vartojami braškių vaisiai (uogos), lapai ir šaknys. Vaisiai (Fructus Fragariae hybridae) renkami visai prinokę. Jie džiovinami krosnyje apie 65—80°C temperatūroje; lapai (Folia Fragariae hybridae) renkami jauni ir džiovinami gerai vėjo perpučiamoje patalpoje, ne saulėje; o šaknys (Radix Fragariae hybr.) kasamos rudenį ir džiovinamos bet kur, galima ir saulėje.

Braškių vaisiai šutinami piene ir duodami vaikams valgyti jų visam organizmui stiprinti (Tonicum), nuo mažakraujystės, nuo palinkimo rachitu sirgti ir kt. Tam reikalui 10—12 metų vaikas suvalgo per dieną apie pusę litro braškių.

Braškių lapai geriami šiltos arbatos pavidalu po 2—3 stiklines per dieną. Tai švelnus vaistas palaidiems vidu-



Geros atmainos braškės vaisiai natūralaus didumo

riams reguliuoti, sergant žarnų sloga (Diarrhoea) ir kt. Tam reikalui arbata verdama iš 1—2 valgomųjų šaukštų lapų tokiame vandens kiekyje, kad nukoštos arbatos išeitų 1 stiklinė. Tokia arbata, turinti savyje taip pat geležies ir fosforo junginių, gerai stiprina ir nervus.

Braškių šaknys, turinčios savyje daugiau už lapus tanidų, yra geriamos taip pat arbatos pavidalu irgi po 2—3 stiklines per dieną palaidiems viduriams reguliuoti.

Vienai stiklinei arbatos išvirti imama 1—2 arbatiniai šaukšteliai smulkiai supiaustytų braškės šaknų.

Tokiam pat gydymui ir tokiu pat paruošimu vietoje braškių galima vartoti laukines ir kultūrines žemuoges.

Žemuogėse, ypač laukinėse, daugiau yra rūgščių ir tanidinių junginių, bet mažiau cukraus, negu kad kultūrinėse braškėse. Todėl, gydant vidurius žemuogėmis, paprastai efektas pasiekiamas greičiau, negu kad braškėmis.

Apie braškių ir žemuogių auginimą gerų nurodymų yra duota agron. J. Strazdo knygoje „Daržovių auginimas", 1942.

BULVĖ, VALGOMOJI

Solanum tuberosum L.

Rus.: Картофель
Latv.: Kartupeli
Lenk.: Kartofla
Vok.: Kartoffel
(Solanaceae šeimos)

Valgomoji bulvė mums visiems yra labai gerai žinomas augalas, kilęs iš Pietų Amerikos. Taip pat mes gerai mokame šitą augalą auginti ir vartoti valgiams, pašarui, technikos ir pramonės reikalams. Gal dar ne visi žinome, kad valgomoji bulvė yra taip pat geras ir vaistas. Tam reikalui kai kas vartoja ne tiktai požemines, bet ir antžemines bulvių dalis. Kaip ten bebūtų, bet reikia prisiminti, kad valgomoji bulvė visgi yra laikoma nuodingu augalu. Ypač nuodingos yra bulvių uogos, lapai, sudygę ir pažaliavę šakniagumbiai. Bulvių nuodingumą sudaro jų visose augalo dalyse randamas nuodingas gliukozidingasis alkaloidas solaninas.

Nesudygusiuose ir nepažaliavusiuose bulvių šakniagumbiuose bent kiek solanino randame žievelėje, ypač — aplink akutes (duobutes). Be to, bulvių šakniagumbiuose yra solanino, solanidino ir tropeino. Iš nenuodingų, bet maistingų substan-

cijų bulvėse yra citrinų, obuolinių, vynuoginių, pieno ir kitokių rūgščių bei šiaip įvairių cheminių elementų ir vitamino H. O mes žinome, kad dėl vitamino H stokos organizme, žmogus greitai suserga kai kuriomis odos ligomis, pvz. odos uždegimu, pleiskanojimu, plaukų slinkimu ir kt. Todėl vitaminas H yra

Bulvė su jos sugumbėjusiomis šaknimis

laikomas tikriausiu vaistu nuo šitokių ligų. Be to, kai kas sėkmingai vartoja žalių, ypač raudonos atmainos bulvių sultis. Šviesiai išspaustas bulvių sultis, kartu su jose esamu krakmolu geria po 125 g (apie 0,5 stiklinės) 3 kartus per dieną per pusvalandį prieš valgant. Taip sultys yra geriamos gana ilgoką laiką (apie 4 mėnesius) nuo rūgšties pertekliaus, nuo opų skrandyje (ulcus ventriculi), nuo spazminės ob-

stipacijos (skausmingų užsilaikymų tiesiojoje žarnoje), nuo dispepsijos ir kt. Taip pat žalių bulvių sultys yra geriamos nuo laringito, faringito, bronchito su skrepliavimu ir kt. Be to, smulkiai sutrintų (sutarkuotų) žalių bulvių tyrelė yra vartojama pavilgams (kompresams) dėti nuo plaučių, inkstų uždegimo; tokia pat tyrelė dedama ant apiplikytų, nudegintų kūno dalių ir kt. Kai kas mažais kiekiais nuo kosulio geria bulvių ekstraktą, pagamintą iš žalių bulvės lapų ir stiebų, nes jis veikia kosulį raminamai, panašiai kaip opijus.

ČESNAKAS, VALGOMASIS

Allium sativum L.

Rus.: Чеснок
Latv.: Ķiploks
Lenk.: Czosnek
Vok.: Knoblauch
(Liliaceae šeimos)

Valgomasis česnakas mums visiems gerai žinomas daržų augalas. Jo tėviškė yra laikomi rytų kraštai. Pas mus česnakų yra auginama gana apsčiai, bet dažniausiai jų sodinama tiktai savo šeimos reikalams, o ne platesnei rinkai.

Česnakas yra daugiametis, svogūninis augalas, užauga apie 50 cm aukštumo. Jo stiebelio pamate auga daug pailgų, lenktų svogūnėlių, apsuptų bendru lukšteliu; lapai lancetiškai linijiški; žiedeliai nešvariai balkšvi. Visas augalas savotiškai, labai stipriai (aštriai) kvepia.

Česnakai pas mus auginami beveik vien tik kaip prieskoninė daržovė, kuri dažniausiai dedama į mėsinius valgius. Bet česnakas labai vertingas yra vaistinis augalas.

Vaistams gaminti yra vartojami vien tiktai žali česnako svogūnai, vaistinėse vadinami Bulbus Allii sativi recens. Tam reikalui česnakai iš žemės iškasami tada, kai jie sustoja augę, t. y. vasaros pabaigoje. Su lapais ir su šaknimis iškasti česnakai plonai išsklaidomi gerai vėjo perpučiamoje, saulėtoje pa-

šiūrėje, kad jie ten apdžiūtų ir vėliau, žiemą, gerai laikytųsi, nepūtų. Paskui česnakai suvytusiais lapais supinami į savotiškos formos pynes ir visą žiemą laikomi sausoje, vidutiniškos gyvenamo kambario temperatūros patalpoje. Taip paruoštuose česnakuose yra bent kiek eterinio aliejaus su gliukozidu Alliinu, cheminiame junginyje su siera, būdingą kvapą sudarančiu Aliyl disulfidu ir kt.

Česnako farmaciniai preparatai terapeutinėmis dozomis priimti į vidų žmogaus organizmą veikia pirmiausia, kaip kraujo spaudimą mažinantieji, virškinimą reguliuojantieji ir žarnas dezinfekuojantieji vaistai. Be to, jie gerai padeda širdžiai, paveiktai chroniniu nikotino nuodijimu, ir valo bei dezinfekuoja alsavimo takus.

Česnako svogūnai gerai paruošti žiemai

Česnako perdėtos dozos gali sukelti skrandžio, žarnų suerzinimą ir duoti progos hemoroidams atsirasti.

Iš žalių česnako svogūnų vaistinėse ir farmacijos laboratorijose yra gaminami česnako lašai (Tinctura Allii sativi), kurie geriami po 5—50 lašų 2—3 kartus per dieną, česnakų ekstraktas (Extractum Allii sativi fluidum) geriamas po 10—30 lašų kelis kartus per dieną, česnako sultys (Succus Allii sativi) geriamos po 5—20 lašų tris kartus per dieną ir kiti preparatai. Jie visi geriami, kaip specifiniai vaistai nuo arteriosklerozės, nuo įvairių chroniškų ir infekcinių virškinamojo trakto sutrikimų bei jo infekcinių susirgimų, pvz. nuo

skrandžio, žarnų slogos, net nuo choleros, dizenterijos, paratifo, taip pat nuo gripo, bronchito ir kt. Česnako preparatai taip pat gerai padeda nuo apvaliųjų dėlių (askaridų ir Oxyuris) žarnose. Tam reikalui lašai bei esencija geriama dažniausiai su medumi. Be to, nuo Oxyuris yra statoma klizma iš kalkių (Aqua Calcis) vandens, į kurį įpilama 5—15 g česnako esencijos bei tinktūros.

Vietoje perkamų preparatų kai kas Lietuvoje gamina sau naminiu būdu esenciją taip: 400 g česnakų svogūnų sugrūda į tolygią masę, ją sumaišo su puse litro gero (96°) spirito ir mišinį laiko butelyje 2 savaites. Vėliau skystimą išspaudžia per tankų audeklą, supilsto į mažus buteliukus ir laiko vėsioje patalpoje, ne saulėje. Tokią česnakų esenciją geria su šiltu pienu 3 kartus per dieną prieš valgant. Pirmą dieną geria 3 kartus po 5 lašus esencijos vienoje stiklinėje pieno, antrą dieną — po 6 lašus ir taip toliau, kiekvieną dieną pridedant po 1 lašą. Tuo būdu prieinama prie 15—30 lašų, o vėliau vėl po 1 lašą mažinama iki 5 lašų. Tokį gydymo kursą pakartoja 3—4 kartus. Tarp pabaigos ir pradžios naujo kurso daroma 10 dienų pertrauka.

Kad nemalonus česnako kvapas iš burnos neitų, čia nupasakotu būdu esencijai gaminti vietoje spirito imamas geras valgomas aliejus, pvz. saulėgrąžų, kanapių, provanso aliejus ir kt., bet manoma, kad spiritinė esencija efektingiau veikianti gydymą, negu kad aliejinė esencija.

DAŠIS, AUGINAMASIS

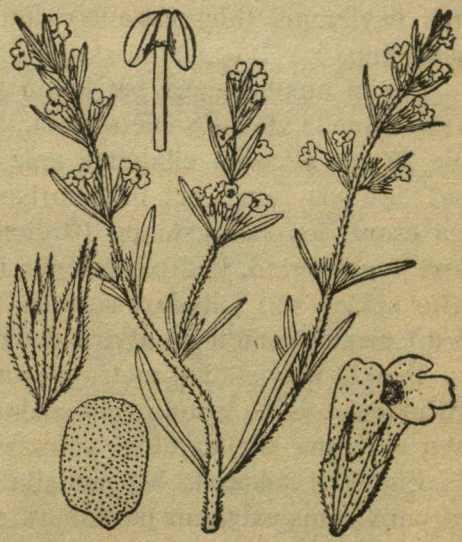
Satureja hortensis L.

Rus.: Чабер
Lenk.: Czaber
Vok.: Bohnenkraut
(Labiatae šeimos)

Dašis dar visai neseniai pradedamas po truputį auginti Lietuvoje kaip skanėstinis augalas. Jis savaime auga kai kur Piet. Europoje, bet Vak. Europoje visgi yra daug kur auginamas dar-

žuose. Todėl jis ten irgi užtinkamas kaip sulaukėjęs augalas. Lietuvoje dašiui auginti klimatas gana gerai tinka.

Dašis yra vienametis, žolinis augalėlis. Jis užauga apie 25 cm aukštumo. Jo stiebelis šakotas, apatinėje savo dalyje kietokas, viršutinėje — žolėtas, bent kiek plaukuotas; lapeliai maži, trumpakočiai, lygiakraščiai, priešiniai, truputį taškuoti; žiedeliai auga po 3—5 kartu pusiau menturiniuose žiedynuose; taurelė penkiadantė su 10 išilginių gyslelių; vainikėlis violetiškai baltas, viduje su raudonais taškeliais, neryškiai dvilūpis; visi 4 kuokeliai susibūrę po viršutine lūpele; vaisius subyra į 4 arba mažiau žalsvai rusvos spalvos riešutėlius; žydi nuo rugpiūčio mėn. beveik iki pat rudens. Visas augalas gana stipriai ir maloniai kvepia.



Dašio žydinti viršūnė ir atskirai — padidinti: žiedas, kuokeliai, taurelė, vaisius

Vaistams gaminti yra piaunamos žydinčio augalo lapuotos viršūnės su žolinėmis šakelėmis. Jos džiovinamos natūralinėje gerai vėjo perpučiamoje džiovykloje, ne saulėje. Sausa žolė, vaistinėse vadinama Herba Saturejae, turi būti natūralinės spalvos, malonaus kvapo, skanėstingai bent kiek traukiančio skonio. Sausa žolė turi būti laikoma gerai užvožtuose, skardiniuose induose, kad neišsikvėptų.

Dašio žolė turi įvairių cheminės sudėties substancijų. Svarbiausios jų yra: apie 0,1% maloniai kvepiančio eterinio aliejaus (Oleum Saturejae aethereum), karvakrolio, cimolio, terpenų, fenoliui artimos, dar neištirtos medžiagos, bario pėdsakai, rauginės medžiagos, sieros, fosforo junginių ir kt.

Dašio arbata iš 1 šaukštelio žolės — vienai stiklinei vandens yra geriama po 2—3 stiklines per dieną pavalgius. Ji padeda nuo skrandžio ir žarnų uždegimo (Gastroenteritis), nuo žarnų slogos (Diarrhoea), nuo kosulio (kaip expectorans) ir kt. Taip pat nuo kosulio yra geriamas meduje dašio aliejus po 3—10 lašų 2—3 kartus per dieną pavalgius. Visai žalia arba truputį pašutinta dašio džiovinta žolė yra vartojama pavilgams (kompresams) dėti nuo įvairių sutinimų bei sumušimų.

Dašiui auginti tinka bet kokia gerai išdirbta, be piktžolių daržo žemė ir atvira, saulėta vieta. Sėklos sėjamos tiesiog dirvoje 20 cm platumo eilutėmis apie gegužės mėn. vidurį. Jos neužžeriamos žeme, bet tiktai prispaudžiamos lentute. Šiltam orui esant, jos sudygsta po 10 dienų. Sudygę diegai praretinami ir prižiūrimi, kad piktžolėmis neapaugtų. Dar geriau yra dašio sėklas sėti šiltadaržiuose, o vėliau (apie gegužės mėn. 25 d.) diegus sodinti po atviru dangumi.

Penkių ketvirtainių metrų platumo lysvei apsodinti bei apsėti užtenka vieno gramo gerai daigių sėklų. Dašio sėklos gerą savo daigumą išlaiko tiktai vienerius metus.

Smulkiai sukapota bei sumalta dašio žolė geriausiai tinka baltymingiems valgiams paskaninti, pvz. mėsai, dešroms, žuviai, žirniams, pupoms, sojoms ir kt. Taip pat ji dedama į įvairias salotas su bulvėmis, į actą, į rauginamus agurkus, pomidorus, kremblius (grybus), sviestainius ir kt.

DUMPLŪNĖ

Physalis peruviana L.

Rus.: Пузырь
Vok.: Blasenkirsche Essbare Schlutte
(Solanaceae šeimos)

Dumplūnė yra viena iš jauniausių daržovių pas mus. Jos sėklas Botanikos Sodas išplatino Lietuvoje tik 1937 metais. Šito augalo originalūs vaisiai dėl jų saldaus skonio mūsų žmo-

Dumplūnės žydinti viršūnė su 2 vaisiais

mėms patiko. Todėl kai kas iš vartotojų juos pavadino „Lietuviškomis razinkomis“.

Dumplūnė yra vienametis, kultūrinis augalas. Jis užauga apie 50 cm. Stiebas gausiai šakotas, bukai kampuotas, krypstantis. Lapai kotuoti, nesimetriškai širdiškos išvaizdos, vir-

šutinėje pusėje įdubusiomis, o apatinėje — iškilusiomis gyslelėmis. Žiedai nedideli, šviesiai gelsvos spalvos su 4—6 rausvai rudos spalvos šlakais vainikėlio vamzdelyje. Vaisius — geltonos spalvos sultinga uoga, aklinai apgaubta penkiabriaune pūslele. Jis prinokęs greitai nukrinta.

Vaistų reikalui yra v a r t o j a m i dumplūnės vaisiai ir iš dalies lapai. Iš jų v e r d a m a a r b a t a, kuri geriama po 3 stiklines per dieną nuo akmenų inkstuose, pūslėje ir nuo reumato. Vienam litrui arbatos išvirti imama džiovintų lapų arba vaisių (be pūslelių) 1 valgomas šaukštas.

Prinokusius žalius arba išdžiovintus dumplūnės vaisius vietoje arbatos žmonės valgo kompoto pavidalu.

Dumplūnei auginti reikia pakankamai derlingo, lengvo juodžemio ir geros saulės atokaitos. Dumplūnė auginama panašiai kaip pomidorai.

Sėklos sėjamos inspekte kovo mėn. pradžioje, o diegai sodinami dirvoje gegužės mėn. pabaigoje apie 75 cm atstu augalas nuo augalo.

Vaistų reikalui arba valgiams gaminti dumplūnės vaisiai yra skinami tada, kai jie visai prinokę ir yra jau pasiruošę nukristi. Surinkti ir iš pūslelių išimti vaisiai, prireikus, — džiovinami saulėje.

GARSTYČIA, BALTOJI

Sinapis alba L.

Rus.: Горчица
Latv.: Sinepes
Lenk.: Gorczyca
Vok.: Senf
(Cruciferae šeimos)

Baltoji garstyčia jau prieš 20 metų yra ūkininkų pradėta auginti Lietuvos daržuose ir laukuose. Jai auginti klimatinės sąlygos pas mus pasirodė visai tinkamos.

Savaime auganti baltoji garstyčia dar užtinkama kai kur Piet. Europoje. Ji ten veisiasi panašiai kaip mūsų svėrė. Bal-

tujų garstyčių sėklų, ypač sumaltų, pareikalavimas Lietuvoje ir kitur yra gana didelis vaistinių ir stalo reikalams.

Baltoji garstyčia yra vienametis augalas, užaugąs apie 1 m aukštumo. Jos stiebas status, šakotas; lapai kotuoti, pražanginiai, nelygiai įlankstytais skiautelių kraštais; žiedai geltoni, susibūrę į stačius, viršūninius žiedynus; ankštelės apvalios, šiurkščiai plaukuotos, atsilošusios; jos yra ne ilgesnės už paplokščią, kartais piautuviškai sulenktą savo snapelį; ankštelių abi puselės turi po 5 išilgines gysleles; sėklos apie 2 mm didumo, beveik rutuliškos, gelsvos spalvos, truputį taškuotu paviršiumi. Jos sukramtytos turi stipriai gnybantį skonį.

Baltosios garstyčios žydinti viršūnė ir greta — atskira ankštara

Vaistams gaminti yra vartojamos baltųjų garstyčių vien sėklos. Jos turi būti visai prinokusios, nesusiraukšlėjusio paviršiaus, gerai išdžiovintos, be pelėsių kvapo, nepajuodusios, bet natūralinės spalvos.

Baltųjų garstyčių sėklose, vaistinėse vadinamose Semen Sinapis albae arba — Semen Erucae yra apie 25% labai gero riebiojo aliejaus, sinalbino, mirozino, sinapino ir kt.

Iš baltųjų, kaip ir iš juodųjų, garstyčių farmacijos laboratorijose yra gaminamas garstyčių popierius (Charta Sinapisata). Jis sergantiems plaučių uždegimu, reumatu ir kt. dedamas prie kūno prietvinkiams. Tokie pat prietvinkiai yra daromi iš garstyčių miltų, sumaišytų su vandeniu į tešlos konsistencijos masę. Be to, garstyčių miltai (Farina Sinapis) dedami maždaug po 250 g į vonias nuo podagros, išijo, reumato ir kt. arba tada, kai reikia sužadinti odos transpiraciją.

Į vidų priimtų sveikų arba sumaltų garstyčių sėklų veikimas yra žinomas pirmiausia kaip vaistas nuo skorbuto ir nuo skrandžio bei žarnų chroniškos slogos. Kai kas garstyčias po truputį g e r i a nuo dusulio, nuo galvos skaudėjimo, atsirandančio nuo nenormalios kraujo apytakos. Tam reikalui sveikos arba sumaltos garstyčių sėklos po truputį yra geriamos su vandeniu po kelis kartus per dieną, bet ne daugiau kaip po pusę arbatinio šaukštelio vienam kartui.

Žmonėms, kurių skrandžio sultyse yra per daug rūgšties, garstyčių gerti n e p a t a r i a m a.

Šaltu būdu riebusis garstyčių aliejus išspaustas kartaus skonio neturi ir jis puikiai tinka valgyti bei į tešlą dėti. Taip pat gerai tinka valgyti jaunų garstyčių lapus, kurie sveikatai naudingi kaip salotos.

Baltosios garstyčios geriausiai tinka auginti apysunkėje, gerai išdirbtoje ir pakankamai derlingoje žemėje, saulėtoje vietoje. Jos sėjamos anksti pavasarį ir piaunamos, kada ankštelės pagelsta. Nupiautas derlius kelias dienas paliekamas saulės atokaitoje galutinai prinokti.

GELTEKLĖ, VALGOMOJI

Scorzonera hispanica L.

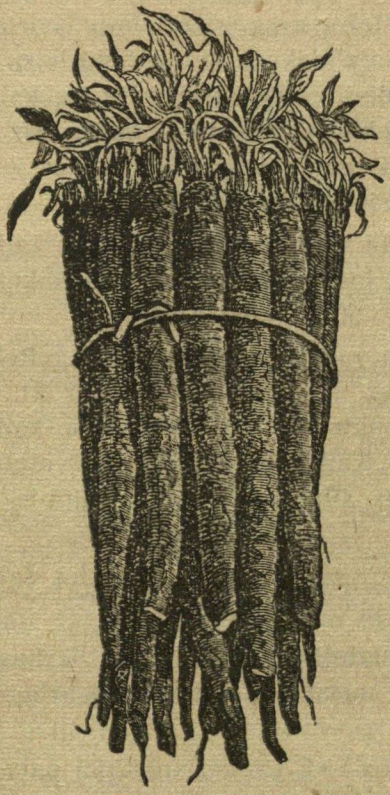
Rus.: Козелец
Latv.: Raudupes
Lenk.: Wężimord
Vok.: Schwarzwurz
(Compositae šeimos)

Gelteklę žmonės dažnai vadina Lietuvoje s k o r c o n e r a. Ši daugiametė žolė savaime auga Vak. ir Piet. Europoje. Šią daržovę žmonės pradėjo auginti Europoje tik XVII amž. pabaigoje.

Kultūrinių gelteklės formų dabar yra žinoma tik kelios. Vienos jų lapus turi plačiai lancetinės išvaizdos, o kitos — siaurus, ilgokus. Be to, kultūroje yra jau vienamečių gelteklių, pa-

sižyminčių irgi lapų platumu ir šaknų storumu. Pvz. „Rusų milžinai“ ir „Vulkan“ geroje kultūroje šaknis turi iki 30 cm ilgumo ir apie 4 cm storumo.

Gelteklių stiebas užauga apie 70 cm aukštumo. Jo viršutinė dalis gana šakota. Kiekviena šakelė baigiasi vien tiktai liežuvėlinių, geltonų žiedų graiželiu, kurie žydėjimo metu ry-



Geltekl ė s šaknys, paruoštos žiemai

tais labai anksti (saulei tekant) atsidaro, o apie vidudienį vėl susičiaupia. Sėklos stambios (iki 17 mm ilgumo), bet lengvos (1000 sėklų sveria apie 13—14 g). Jos greitai pameta savo daigumą, todėl sėti reikia tiktai vienametes sėklas. Šaknys,

vien tiktai dėl kurių gelteklės auginamos, yra statmeniškos, ne šakotos, traškios, paviršiuje rusvai juoda odele, o viduje — baltos, mėsingos, pieniškai šultingos. Jos turi savyje labai daug inulino, apie 5% baltyminių medžiagų, asparagino, cukraus ir kt. Šaknų skonis yra apykarčiai saldus, gleivingas.

Vaistų reikalui yra vartojamos gelteklės vien tiktai šaknys. Iš jų šviežių arba išdžiovintų išvirta arbata geriama bet kokiais kiekiais su medumi ir su pienu, kaip vaistas sausam kosuliui suminkštinti. Be to, kai kas šviežiai išspaustas gelteklės sultis maišo su kiaulės riebalais (Axungia Porci) ir gautu tepalu gydo suerzintą, paraudusį, išbertą odos paviršių bei hemoroidus tepa.

Vaistų reikalui visados geriau vartoti žalias gelteklės šaknis, bet prireikus, jos (suskaldytos) tam reikalui gali būti džiovinamos apie 50—60°C temperatūroje.

Valgiams yra vartojamos nuskustos gelteklės šaknys. Dedamos šaknys pvz. į sriubą, į salotas ir kt., turi būti pusvalandį laiko mirkomos šaltame vandenyje, kad išnyktų jų specifinis apykartis. Kad gelteklės šaknys valgiuose paliktų baltos, jos mirkomos silpname acto skiedinyje, į kurį įplakama bent kiek miltų.

Išdžiovintos ir paspragintos gelteklės šaknys gerai tinka kavai virti.

Gelteklėms auginti geriausiai tinka derlinga, giliai išdirbta, švari žemė, ypač nusausinti dumblynai arba ne per sunkiausi priemoliai.

Sėklos sėjamos kiek galima anksčiau pavasarį. Dirvą tręšti šviežiu gyvulių mėšlu — netinka. Tręšimas mineralinėmis trąšomis (pvz. sieros amoniaku, zuperiu ir kalio druska) yra naudingas.

Jei dėl kurių nors priežasčių gelteklės negalima anksti pavasarį sėti, tą darbą geriau palikti rugpiūčio—rugsėjo mėnesiams. Tokiais atvejais kitais metais augančių gelteklių žiedai tenka skinti nesivėluojant, kad jų šaknys užaugtų stambesnės.

Sėklos sėjamos 25 cm platumo eilutėmis. Sudygę diegai anksti retinami 8—10 cm atstumu vienas nuo kito. Žiemai pasėlių tenka uždengti eglišakėmis ne nuo šalčio, bet apsaugai nuo pelių.

Dėl traškumo šaknys kasamos atsargiai ir žiemą laikomos rūsyje, užkastos sausame smėlyje.

GRIEŽTIS, VALGOMASIS

Brassica Napus L. var. Napobrassica (L) Peterm.

Rus.: Брюква
Latv.: Griežni
Lenk.: Karpiel
Vok.: Kohlrübe
(Cruciferae šeimos)

Šitą dažno mėgstamą daržovę Aukštaičiuose žmonės dažniau vadina griežčiu, koliu, Žemaičiuose — sėtiniu, Suvalkų krašte — kručku, gručku. Nors griežtis Lietuvoje yra populiari ir nuo seniai auginama daržovė, bet jo vartojimas platesniu mastu pas mus dar nepasiekė tinkamo laipsnio. Tiesa, mūsų miestų gyventojai įvairiai paruoštus griežčius vis dažniau vartoja valgyti sriubose, tyrėse, padažuose prie mėsos valgių ir kt. O sodžių žmonės į griežčius žiūri kažkaip išdidžiai ir juos augina tartum tam, kad žaizdami jų vaikai turėtų kuo pasmaguriauti grauždami žalius griežčius. Tuo tarpu griežčiai yra patartini ypač valgyti ir jų žalias sultis gerti ne tiktai vaikams, bet ir suaugusiems žmonėms.

Griežtis yra dvimetis, grynai kultūrinis augalas. Jis turi gana daug (apie 17) įvairių atmainų, pasižyminčių nevienoda šaknies forma, jos spalva, skirtingomis savybėmis augime, atsparumu laikant atsargoje ir kt.

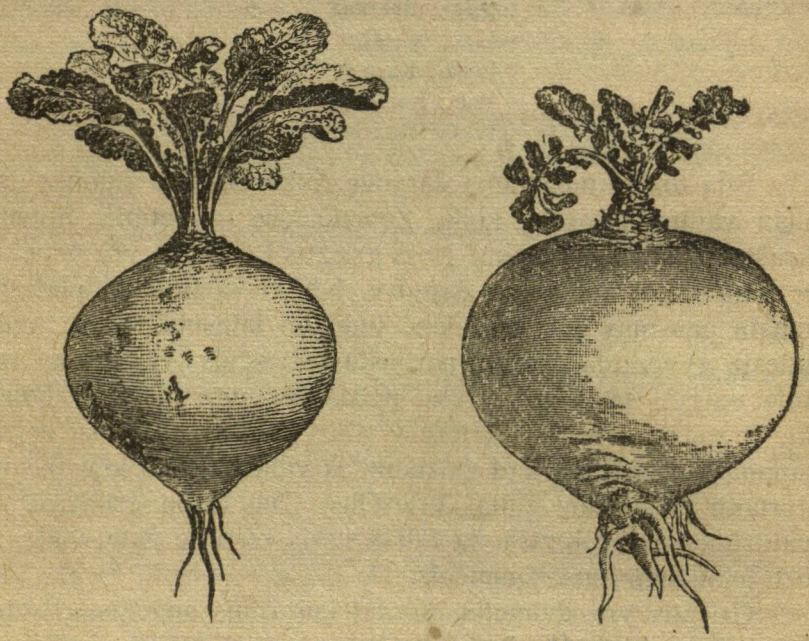
Aplamai imant, visos valgomųjų griežčių atmainos yra skiriamos į dvi pagrindines grupes: 1) baltamėsiai ir 2) gelsvamėsiai.

Baltamėsiai griežčiai yra daugiau artimi pašarinėms atmainoms, bet kai kurios jų, pvz. „Pomeranijos ąsočiai“, tinka-

moje dirvoje užauginti, visiškai gerai tinka valgyti ir pasižymi gausiu derlingumu.

Geltonmėsiai griežčiai yra bent kiek mažesni, bet jų mėsa saldesnė. Iš geltonmėsių gal geriausiai tinka pas mus auginti vadinamuosius „Geltonmėsius obuolius“, „Edina“ ir „Krasnosielskaja“.

Vaistų reikalui visos valgomosios griežčių atmainos vienodai vartojamos tiktai ne mokslo medicinos, bet liaudies gydymosi praktikoje.



Paprastais ir skiautėtais lapais dvi griežčio atmainos rutuliškos formos šaknimis, bet ne vienodos spalvos mėsa

Iš griežčių šaknų bet kokiu būdu paruošti vaistai švelniai minkština (Emollientia; ir tinka nuo kosulio (Expectorantia), sėklos vartojamos arbatos Infusum arba stipresnio nuoviro (Decoctum) pavidalu nuo persišaldymo išprakaituoti (Diaphoreticum) ir tuo pačiu metu veikia kaip lengvas diureticum,

t. y. šlapimą varąs. Tam reikalui verdama 4—8 g sėklų — vienoje stiklinėje vandens, kuris šiltas išgeriamas iš karto.

Iš griežčio šaknų taip pat verdamas stipresnis nuoviras, kuris sumaišomas su medumi ir šiltas geriamas bet kokiais kiekiais nuo kosulio, nuo skausmų krūtinėje ir net nuo dusulio.

Mažų vaikų kosuliui gydyti motinos verda griežčių šaknis meduje, kuriuo girdo vaikus kelis kartus per dieną po 1 arbatinį šaukštelį.

Žalių griežčio šaknų išspaustos sultys geriamos po 1—2 šaukštus ir daugiau 3 kartus per dieną nuo skorbuto ir nuo reumato.

Griežtis priklauso prie labai greitai augančių daržovių, bet jų šaknys yra neatsparios šalnoms. Bent kiek apšalusios griežčio šaknys greitai supūva.

Griežčiai gerai auga bet kokioje, pakankamai drėgmę laikančioje žemėje, ypač priemoliuose.

JUODGRŪDĖ, SĖJAMOJI

Nigella sativa L.

Rus.: Чернушка
Lenk.: Czarnuszka
Vok.: Schwarz Kümmel
(Ranunculaceae šeimos)

Juodgrūdė yra kilus iš Piet. Europos, o Lietuvoje ji jau nuo seniau yra po truputį auginama prieskoniams. Jos malonaus skonio ir kvapo sėklomis kai kas barsto pas mus miestuose kepamus riestainius ir kt.

Juodgrūdė yra vienametė žolė, užauganti iki 30 cm. Jos stiebelis nelabai šakotas, status, truputį plaukuotas; lapeliai pražanginiai, trigubai skelti į pailgas, siauras skiauteles; žiedai pavieniai, viršūniniai, melsvai balkšvais taurėlapiais, o vainiklapiai — žalsvi, nežymūs; vaisinė dėžutė savotiškai suaugusiomis išilginėmis dalelėmis; sėklos juodos, trikampės, kampariš-

ko skonio, sutrintos kvepia kmyną ir žemuoges primenančiu kvapu.

Vaistams gaminti ir prieskoniams yra vartojamos juodgrūdės vien tik sėklos, vaistinėse vadinamos Semen Nigellae arba Semen Melanthii. Jos turi būti visai prinokusios, sausos, nepriplėkusio kvapo ir skonio. Tam reikalui juodgrūdžių prinokę vaisiai su koteliais piaunami saulėtą, sausą dieną, rišami gniūžtelėmis, galutinai džiovinami saulėje, vėliau — kuliami, sėklos švariai išvėtomos ir dar kartą džiovinamos saulėje.

Juodgrūdės viršūnė su vaisiais ir greta — padidinta sėkla

Gerose juodgrūdės sėklose yra gliukozido Melantino iki 1,4%, Melantinės rūgšties, saponino, apie 1% eterinio aliejaus, apie 27% riebiojo aliejaus, bent kiek baltymų ir dervingų medžiagų.

Juodgrūdžių sėklos, sutrintos į smulkius miltelius, geriamos po 1 g 2—3 kartus per dieną nuo pilvo išpūtimo (Meteorismus), nuo apvaliųjų dėlių (Askaridai ir Oxyuris) žarnose (kaip Anthelminticum), pieno liaukoms žadinti (Lactogogum), nuo bronchų slogos ir kt. Tiems patiems reikalams vietoje miltelių galima gerti juodgrūdės sėklų šiltą nuovirą, pagamintą iš 1 arbatinio šaukštelio sėklų — 1 stiklinei vandens. Visa tokio nuoviro stiklinė gurkšniais išgeriama per dieną.

Juodgrūdėms auginti tinka bet kokia daržo žemė ir reikalinga saulėta vieta.

Juodgrūdėms auginti nereikalingas gausus trešimas gyvulių mėšlu, bet mineralinės trąšos, ypač zuperis žymiai padidina sėklų derlių.

Juodgrūdės sėklos sėjamos lysvėse anksti pavasarį 20 cm platumo eilutėmis. Vienam kvadratiniam metrui žemės ploto apsėti sėklų reikalinga apie 1 g. Apsėta dirva ravima, kad piktžolėmis neapaugtų.

Kai kas juodgrūdės sėklų miltelius deda į šniauškiamą taboką.

KALENDRA

Coriandrum sativum L.

Rus.: Кишнец
Latv.: Koriandrs
Lenk.: Kolendra
Vok.: Koriander
(Umbelliferae šeimos)

Kalendra yra kilus iš Sirijos, bet dabar ji savaime auga Piet. Europoje kaip laukinis augalas. Pas mus kalendra dar visai neseniai yra pradėta auginti daržuose ir iš dalies — laukuose.

Kalendra yra vienametis augalas, užaugąs iki 60 cm aukštumo. Jos stiebeliai gana šakoti, apvalūs; lapai skiautėti; skėteliai susideda tiktai iš 3—5 stipinėlių; žiedeliai maži, balti. Visas žalias augalas nemaloniai kvepia blakes primenančiu kvapu. Vaisiai rutuliški, dvilypiai. Jie prinokę turi malonų, skanėstingą kvapą ir skonį.

Vaistams gaminti ir prieskoniams yra vartojami kalendros vien tiktai vaisiai, vaistinėse vadinami Fructus Coriandri. Į jų cheminę sudėtį įeina eterinio aliejaus (Oleum Coriandri) apie 1%, riebiojo aliejaus apie 13%, vitamino C, geraniolo, pineno, kalio, natrio, kalcio, magnio, geležies, fosforo, sieros, titnago, chloro junginių, cukraus, organinių rūgščių ir daug kitokių substancijų.

Kalendros vaisiai šiltos arbatos (infusum) pavidalu yra geriami 3 kartus per dieną po 1 stiklinę prieš valgant virškinimui gerinti (stomachicum) ir nuo dujų skrandyje bei žarnose (carminativum).

Arbatai virti imama 1—3 arbatiniai šaukšteliai stambiai sugrūstų kalendros vaisių vienai stiklinei verdančio vandens. Taip užkaista arbata daugiau nevirinama, bet jai duodama apie 1—2 valandas laiko prieš geriant lėtai ataušti iki žmogaus kūno temperatūros.

Prieskoniui smulkiai sumalti kalendros vaisiai yra dedami į dešras, į medauninkus, į spiritinius gėralus ir kt. Tokiems pat prieskoniams ir parfumerijos bei kosmetikos reikalams yra vartojamas eterinis kalendrų aliejus.

Kalendroms auginti geriausiai tinka dirva kalkinga, akmeninga, gerai išdirbta, derlinga, be piktžolių ir sausa, saulėta vieta.

Vienam arui (100 m²) apsėti reikalinga apie 250 g kalendrų vaisių. Jie sėjami kiek galima anksčiau pavasarį apie 25 cm platumo eilutėmis. Kalendroms dygti ir joms augti iki žydėjimo yra reikalinga gana daug drėgmės dirvoje. Todėl kalendroms skirta žemė turi būti rudenį giliai išarta, o pavasarį tiktai lengvomis akėčiomis sulyginta. Sudygusios kalendros iki žydėjimo labai lėtai auga. Todėl šituo laikotarpiu diegus reikia stropiai saugoti, kad jų piktžolės nenustelbtų.

Kalendrų derlius piaunamas, nelaukiant, kol visi vaisiai prinoks. Nupiautos kalendros sustatomos saulėje, kad čia jos galutinai prinoktų, gražiai pagelstų. Kalendrų derlius piaunamas gražiu, giedriu laiku, nes nuo liūčių kalendrų vaisiai daug nustoja savo malonaus kvapo ir gražios, gelsvai rausvos spalvos. Iškulti ir išvėtyti vaisiai dar kartą galutinai džiovinami plonu sluoksniu išskaidyti saulėje, kad jie nepriplėktų ir neįgautų tamsiai rudos arba pilkos spalvos.

Iš 1 aro ploto gaunama derliaus iki 8 kg vaisių ir iki 20 kg šiaudų, kurie tinka melžiamiesiems gyvuliams šerti bei pakratams.

Kalendros viršūnė su žiedais ir su vaisiais

KANAPĖ

Cannabis sativa L.

Rus.: Конопля
Latv.: Kaņepes
Lenk.: Konopie
Vok.: Hanf
(Moraceae šeimos)

Lietuvoje žmonės kanapes augina daržuose ir iš dalies laukuose gal daugiau dėl jų plaušo, negu kad dėl sėklų. Bet iš sėklų pas mus taip pat nemaža yra gaminama nors savotiško kvapo, bet puikaus kanapinio aliejaus ir kanapinio pieno (emulsijos) gavėnios metu. O mokslo medicinos vaistams gaminti, pvz. Extractum Cannabis ir kt., žaliava yra vartojama ne iš mūsiškių kanapių, bet iš indiškųjų (Cannabis sativa L. var. indica Lam.). Vis dėlto mūsiškę kanapę liaudis ir kai kurie gydytojai taip pat ne be pagrindo naudoja gydymui.

Kanapė yra vienametis, dvikamienis augalas. Ji užauga iki 1,5 m aukštumo. Jos stiebas status, stiprus, kampuotas, šakotas, lapai priešiniai, kotuoti, 5—7 skiaučiai, smailiai dantytais skiaučių krašteliais; kuokelinius žiedus nešantieji kamienai (egzemplioriai) Lietuvoje yra vadinami pleiskanėmis, o egzemplioriai, turį piestelinius (moteriškus žiedus), vadinami juodosiomis arba grūdinėmis kanapėmis; kanapių vaisiai („grūdai") botanikų yra vadinami riešutėliais. Visas augalas, o ypač žydinčios kanapių viršūnės gana smarkiai kvepia narkotišku kvapu.

Kanapė jau iš žilos senovės laikų yra žinomas kultūrinis Rytų kraštų augalas, o dabar jis jau daug kur užtinkamas net sulaukėjęs, savaime prisisėjąs.

Vaistams gaminti yra vartojamos moteriškųjų (grūdinių) egzempliorių žydinčios viršūnės su lapeliais ir atskirai — kanapių riešutėliai, vaistinėse vadinami Semen Cannabis sativae. Tam reikalui kanapių viršūnės yra skinamos gražią, kaitrią dieną ir pagreitintu būdu džiovinamos gerai vėjo perpučiamoje pastogėje, ne saulėje, o vaisiai vaistinių reikalui

tinka tiktai tada, kai jie yra gerai prinokę, švariai surinkti, natūralinės spalvos ir be pašalinio, nepriplėkusio kvapo.

Iš kanapių viršūnių, vaistinėse vadinamų Summitates Cannabi sativae yra gaminami lašai (Tinctura Can-

Kanapės vyriškojo (kairėje) ir moteriškojo (dešinėje) augalų žydinčios viršūnės

nabi sativae), kurie geriami po 5—10 lašų 3 kartus per dieną nuo kai kurių spazminių skausmų viduriuose ir ypač nuo skausmingų mėnesinių.

Kanapių vaisiai (sėklos), smulkiai sugrūsti į miltelius, geriami po ½ arbatinio šaukštelio 3 kartus per dieną nuo įvai-

rių suerzinimų šlapimo kanale, nuo inkstų, pūslės slogos, nuo pleurito, perikardito ir net nuo Impotentia virilis.

Nuo tų pačių ligų galima gerti kanapių ne tiktai miltelius, bet ir vaisių nuovirą. Tam reikalui 1 arbatinis šaukštelis sugrūstų kanapių vaisių verdamas vienoje stiklinėje vandens arba pieno. Visas gautas nuoviras gurkšniais išgeriamas per dieną. Dar geriau yra prieš verdant kanapių vaisius pamirkyti bent 8 valandas šaltame vandenyje arba piene.

Mūsų kanapių sudėtis yra tokia:

Sėklose — iki 35% riebiojo aliejaus, alkaloidas trigonellinas, proteino, cholino, edestino, globulino, nukleino, lecitino, cholesterino, bent kiek dervinių medžiagų ir cukraus;

Lapuose yra karotino, dervinių, kvapiųjų medžiagų, fosforo, kalkių, geležies junginių ir kt., bet organizmą smarkiai veikiančių substancijų arba visai nėra arba jų randami tiktai pėdsakai.

Kanapėms auginti geriausiai tinka giliai ir puriai išdirbta, neperdžiūstanti, bet ir ne šlapia žemė, kur nors žemesnėje, saulėtoje lygumoje arti vandens. Žemės trešimas visai supuvusiu arklių arba avių mėšlu kanapėms yra visados naudingas. Žemė, greitai susislėgianti, po lietaus paviršiuje apsitraukianti pluta, negreitai pradžiūstanti arba kur nors aukštumoje visai drėgmės nelaikanti kanapėms sėti netinka.

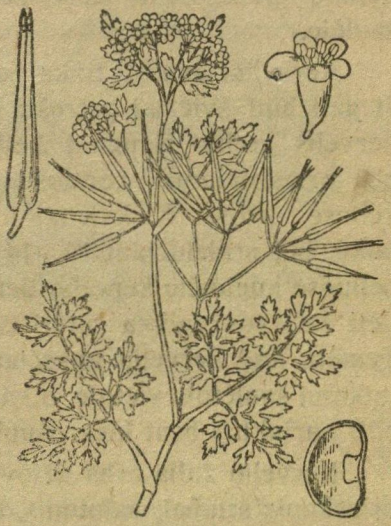
KĖRVELIS

Chaerefolium Cerefolium Schn.

Rus.: Кервель
Lenk.: Trybula
Vok.: Kerbel
(Umbelliferae šeimos)

Kervelis dar retai auginamas Lietuvoje daržo augalas. Kaip visur, taip ir pas mus jo nedaug sėjama lysvėse dėl savo malonaus kvapo ir skonio įvairiems valgiams pagerinti.

Kervelis yra kilęs iš Piet. ir Vak. Azijos, bet dabar jis užtinkamas savaime augąs Piet. Europoje, o pas mus ši vienametė, kultūrinė žolė užauga iki 60 cm aukštumo. Kultūrinio kervelio yra bent keletas formų. Skonio ir kvapo atžvilgiu jos visos beveik lygiavertės, bet kai kuriais praktiniais sumetimais daržininkai visgi daugiau mėgsta auginti garbiniuotąsias atmainas.



Kervelio žydinti viršūnė su vaisiais

Kervelio stiebas šakotas, viršum bamblių — bent kiek plaukuotas, išilgai vagotas; lapai pražanginiai, dvigubai arba trigubai skiautėti, švelnūs, pliki, skėteliai susideda iš 3—5 spindulių; jie smulkiai plaukuoti; bendrojo skėtelio skraistės nėra, o antraeilių skėtelių skraistelės susideda iš 1—5 atsivėpusių, blakstienėtais kraštais lapelių; žiedeliai balti, palaidais vainiklapiais; vaisiai pliki, juodi, tiktai jų snapelis tartum žilos spalvos, linijiškai ilgoki, vidinėje vaisiaus pusėje yra ryški išilginė vagutė.

Sutrintas žalias augalas labai maloniai kvepia.

Vaistams gaminti ir prieskoniams yra vartojami kervelio lapai, vaistinėse vadinami Herba Cerefolii ir retkarčiais naudojami vaisiai (Fructus Cerefolii).

Lapuose yra maloniai kvepiančio aliejaus, gliukozido Apiino, karčiųjų medžiagų ir kt., o vaisiuose, be to, — riebiojo aliejaus apie 13%.

Vasarą iš žalios kervelio žolės **išspaustos sultys** žmonių yra geriamos 2—3 kartus per dieną po 1 arbatinį šaukštelį nuo „kraujo antplūdžio į galvą“, nuo hemoroidų, nuo įvairių liaukų sutinimo, nuo palinkimo prie egzemų, skrofuliozės,

tuberkuliozės ir kt. Tam pačiam reikalui žiemą geriama po kelis kartus per dieną arbata iš sausos kervelio žolės. Ji verdama iš 4—6 arbatinių šaukštelių žolės — litre vandens.

Vaistams gaminti kervelio žolė yra piaunama pačioje žydėjimo pradžioje ir džiovinama natūralinėje džiovykloje, ne saulėje.

Kerveliui auginti tinka bet kokia, be piktžolių daržo žemė. Ji gali būti šviežiai patręšta senesniu gyvulių mėšlu. Kadangi kervelis greitai išauga į žieduolius, netinkamus nei vaistams, nei prieskoniams, geriausiai jį sėti mažais ploteliais bent keliose vietose. Kiekvienas toks sklypelis apsėjamas ne vienu laiku, bet praleidžiant 10—14 dienų. Tuo būdu įvairiuose sklypeliuose augančio kervelio derliui piauti vos besiruošiančios žydėti žaliavos galima turėti ištisai vasarai. Be to, galima pažymėti, kad kerveliu anksčiausia pavasarį apsėjami sklypeliai taikomi saulėtoje vietoje, o kaitrią vasarą sėjamos lysvelės gali būti parinktos bent kiek paunksnyje.

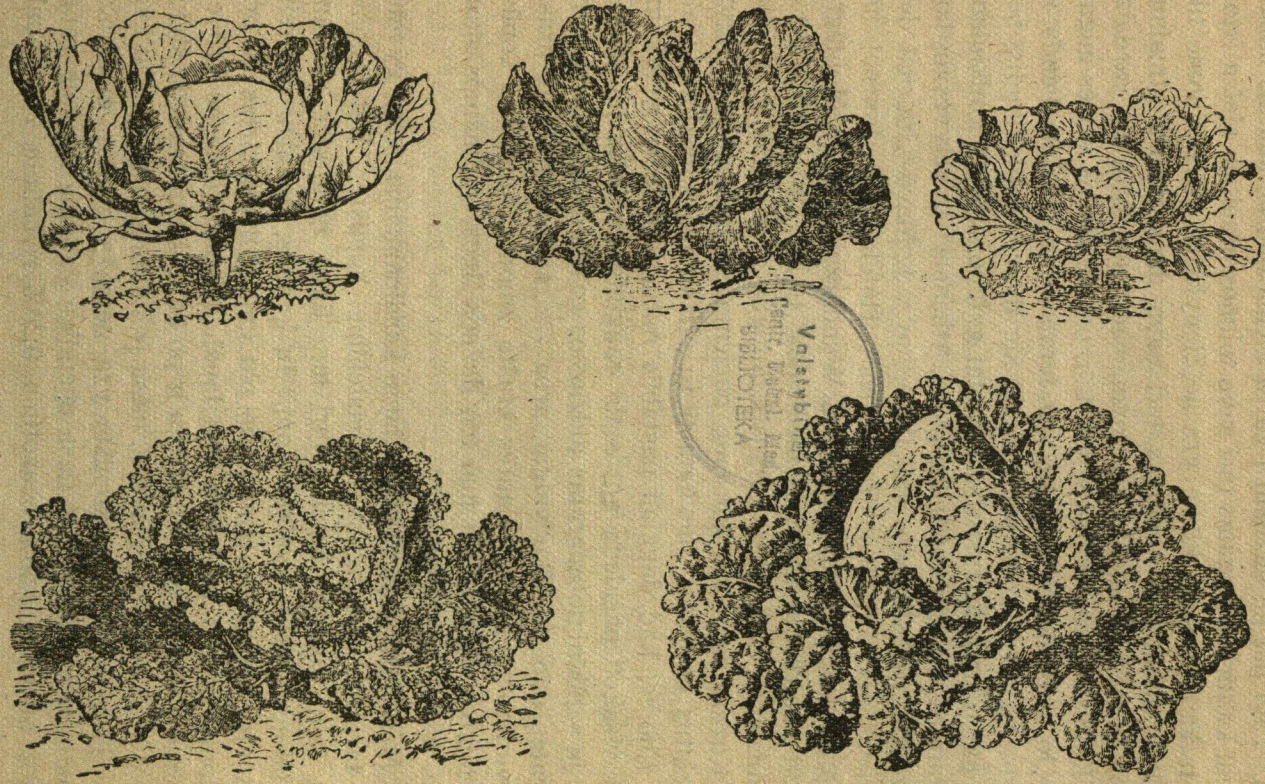
Kervelio žalia arba džiovinta, visai jauna žolė yra sveikas prieskonis sriubai, salotoms, kiaušinienei, sviestainiams, valgyti su kietai išvirtais kiaušiniais ir kt.

KOPŪSTAS (bastutis), GŪŽINIS

Brassica oleracea L. v. capitata

Rus.: Капуста
Latv.: Kaposti
Lenk.: Kapusta
Vok.: Kopfkohl
(Cruciferae šeimos)

Kopūstas (bastutis) priklauso ne tik prie populiariausių daržovių, bet jo auginimas ir platus naudojimas įvairiomis formomis yra geriausiai išbandytas visų gyventojų sluoksnių. Su kopūstu mes esame taip artimai susigyvenę ir apsipratę, kad kartais net nesistebime šituo taip žavingai sukurtu gamtos pa-



Įvairių rūšių gūžiniai kopūstai

daru. Taip pat ne dažnam į galvą ateina mintis, kad šis dabar grynai kultūrinis augalas turi savo tolimos praeities plačią istoriją ir kad jis savo kilme yra ne čionykštis. Mes žinome tik tai, kad dabartinis kopūstas turi savo daug įvairių atmainų, formų ir šiaip giminiškų daržovių, vadinamų įvairiais vardais.

Kopūstas, kaip vaistas, yra taip pat ne mažos vertės augalas. Jo vaistingumo laipsnį bei terapeutinę reikšmę bando ir nagrinėja jau iš senų senovės iki šių dienų ne tik liaudis, bet taip pat ir mokslo žmonės. Apie tai galime sužinoti antikiniuose gamtos filosofų raštuose, pvz. „Athenaei" ir vėlyvesnių laikų grynai moksliniuose veikaluose, pvz. J. Macé „Journal des connaissances médicochirurgicales", Hufelandas „Journal für die praktische Arzneykunde und Wundarzneykunst", Montègre „Dictionnaire des sciences medicales" ir kt. Be to, mes gerai atsimename, kad mūsų garsusis tautietis ir medikas š. a. prof. Vl. Kuzma savo kai kuriems pacientams patardavo valgyti raugintus kopūstus nuo tam tikrų virškinimo sutrikimų. Taip pat žinome, kad daugiau pastabūs mūsų kaimiečiai velykoms „dėl visako" pasideda ant stalo raugintų kopūstų, jei jaučia, kad jų virškinimo aparatas didžiosios gavėnios laikotarpiu yra atpratęs nuo mėsiškų valgių, arba — „atsipagėriojimo, prasiblaivinimo" reikalui. Šiaurės kraštų žmonės raugintus kopūstus laiko puikiu vaistu nuo ten dažnos ligos, vadinamos skorbutu, ir nuo skrofulos.

Mes normaliai vykstančiame kasdieniniame savo gyvenime tartum vaistingumo nepastebime kopūste. Bet žinome, kad žalio kopūsto lapeliai turi tam tikrą, bent kiek salstantį nemalonų truputį gnaibų skonį. Jų kvapas, daugiau pasireiškiąs virinant žalius lapus, taip pat gali būti priskirtas ne prie maloniausio. O tie patys žali lapai, sukrauti didesne krūvele šiltesnėje vietoje greitai ištyžta ir po kelių dienų pradeda šlykščiai dvokti supuvusį kiaušinį, mėsą ir šlapimą primenančiu kvapu. Tatai rodo, kad kopūste yra nemaža greitai gendančių maistingų medžiagų. Iš tiesų chemikai žaliame kopūste randa 1,89% azotinių, 2,58% beazotinių, 0,20% riebalinių, 2,29% cuk-

rinių ir panašių kitų organinių medžiagų. Iš neorganinių elementų kopūstuose randama kalio, natrio, magnio, fosforo, sieros, chloro ir kt. Be to, kopūstuose yra A, B, C vitaminų, kurie yra ypač naudingi žmogaus organizmui.

Senovės graikų išminčiai, dar nežinodami cheminės kopūsto sudėties ir jos reikšmės organizmui, vien iš patyrimo patardavo savo tautiečiams prieš gulant valgyti kopūstus kaip virškinimą reguliuojantį ir visą organizmą stiprinantį valgį. O Hipokratas siūlydavo žalius kopūstus virti meduje ir gerti nuo spazmų viduriuose ir nuo dizenterijos.

Mūsų laikais į kopūstą daugiau žiūrima kaip į krūtinės ligų ir sąnarių uždegimo vaistą. Tam reikalui yra patariama stipresnį žalių (ne raugintų) kopūstų nuovirą gerti po 1 stiklinę 3 kartus per dieną nuo bronchito, nuo džiovos ir nuo podagros. Dar geriau yra patariama po tiek pat gerti šviežiai išspaustas žalių kopūstų sultis su medum.

Iš sužeisto kopūsto lapo ištekėjusiomis sultimis kai kas gydo karpas.

Sušildytais žalio kopūsto lapais vietoje pāvilgo (kompreso) daug kas apdeda krūtinę nuo dieglių ir sergant plaučių uždegimu. Tokiu pat būdu gydo sutinusius sąnarius, krūtis, votis, niežus ir kt. Tam reikalui skaudančios vietos apdedamos 3—5 eilutėmis lapų (be gyslų), aprišama ir laikoma apie 10—12 valandų laiko. Jei tokiu būdu lapai suerzina odos paviršių, tai toji vieta vėliau sutepama aliejumi arba nesūdytu sviestu.

KOPŪSTAS (bastutis), RAUDONASIS

Brassica oleracea L. var. Capitata, forma rubra

Rus.: Красная капуста
Lenk.: Kapusta czerwona
Vok.: Rotkraut
(Cruciferae šeimos)

Raudongalvių kopūstų Lietuvoje auginama nemaža. Jie taip pat, kaip ir baltieji kopūstai, turi bent keletą formų, pasižyminčių spalva, galvų forma, atsparumu žiemą laikant ir kt.

Visos jos daugiau ar mažiau yra violetiškai raudonos spalvos galvomis.

Vaistų reikalui geriausiai tinka daugiau intensyviai raudonos spalvos galvomis, pvz.:

a) Westfalia Dauerkohl „Haco". Ji yra atspariausia atmaina žiemai laikyti.

b) „Frühes Erfurter Rotkraut". Šita atmaina yra ankstyviausia vasarą naudoti.

Kai kurių autorių nurodymu, raudongalvių kopūstų ž a l i o s s u l t y s geriau tinka nuo chroniško bronchito ir plaučių džiova sergant, negu kad baltagalvių kopūstų sultys. O šiaip šita kopūsto forma vaistų reikalui yra vartojama tokiu pat būdu, kaip ir baltieji kopūstai.

KRAPAS

Anethum graveolens L.

Rus.: Укроп
Latv.: Dilles
Lenk.: Koper
Vok.: Dill
(Umbelliferae šeimos)

Krapas Lietuvos daržuose yra nuo seniai gerai žinomas kultūrinis, vienametis augalas. Piet. Europoje jis auga su laukinėmis žolėmis.

Krapas užauga iki 120 cm aukštumo. Jo stiebas šakotas, status; lapai pražanginiai, dvigubai, trigubai skiautėti; lapo skiautelės siūliškai siaurutės, lygiakraštės; žiedeliai geltoni; vaisiai paplokšti, elipsiškos formos, plonakraščiai. Visas augalas plikas, kvepia gana stipriai, bet maloniai.

Vaistams gaminti yra vartojami krapo vaisiai, vaistinėse vadinami F r u c t u s A n e t h i. Tam reikalui jie skinami visai prinokę, džiovinami saulėje.

Krapo vaisiuose yra apie 3% maloniai kvepiančio eterinio aliejaus (Oleum Anethi aethereum), riebiojo aliejaus apie 17%

ir kt. Krapo vaisių arbata geriama po 1 stiklinę prieš gulant nuo nemigo, — po 2—3 stiklines per dieną nuo dieglių viduriuose, nuo viduriavimo (Diarrhoea), motinų pienui padauginti (Lactogogum), nuo hemorojaus ir kt.

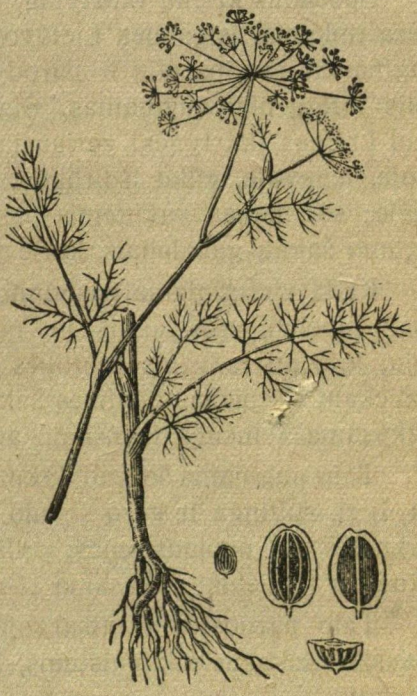
Arbatai virti imamas 1 arbatinis šaukštelis krapų vaisių — 1 stiklinei verdančio vandens.

Silpnų inkstų žmonėms krapų arbata nepatariama gerti.

Krapams auginti gerai tinka bet kokia gerai išdirbta, derlinga daržo žemė. Dažniausiai krapai sėjami tarp mažaūgių daržovių, pvz. morkų, svogūnų ir kt.

Prinokusių krapų vaisiai greitai nubyra ir tuo būdu jie savaime pasisėja.

Sėjant krapus didesniais plotais pagal užsakymą, pravartu atsiminti, kad vienam hektarui apsėti 30 cm platumo eilutėmis reikia jų vaisių apie 8 kg. Iš tokio ploto gauganama vaisių derliaus apie 700—1000 kg.



Krapo visas augalas ir greta — jo sumažintas ir natūralaus didumo vaisius (sveikas, išilgai ir skersai perpiautas)

Prieskoniui krapai dedami į sriubas, į rauginamus agurkus, į sūdomą mėsą, į dešras ir kt. Dėl to mėsiniai valgiai ne tik maloniai kvepia, bet jie yra greičiau virškinami. Be to, kai kas iš spirgintų krapų vaisių gamina geriamą kavą, kuri kai kam ypač patinka su pienu gerti.

KRIENAS (kartynės), VALGOMASIS

Cochlearia armoracia L.

Rus.: Хрен
Latv.: Mārrutks
Lenk.: Chrzan
Vok.: Meerrettich
(Cruciferae šeimos)

Specialus krienų (kartynių) auginimas platesniu mastu dar nėra tinkamai įsigalėjęs Lietuvoje. Tuo reikalu jau turime paraginančių straipsnelių ir nurodymų, kaip šis naudingas augalėlis turėtų būti auginamas. Šia proga pravartu dar priminti, kad krienas (kartynės) geriausias šaknis duoda auginamas purioje, lengvoje, giliai išdirbtoje, bet ne per daug įtręštoje žemėje; sodinamas vagutėmis pusiau gulsčiais, apie 30—40 cm ilgumo šaknų gabalėliais, kurie yra visai užkasami žeme.

Kada viršutiniame pasodintos šaknies gale užauga jau nemaži lapeliai, visa šaknis, jos neišraunant, atkasama iš po žemių, joje atsiradusios šalutinės šaknelės visos apipiaustomos, paliekant tik pačias apatines šakneles, ir pasodintoji šaknis vėl užkasama žemėmis taip, kaip anksčiau buvo.

Taip auginama krieno šaknis per vasarą užauga labai stora, lygi, sultinga ir gero skonio. Rudenį ji iškasama, šalutinės šaknelės vėl nupiaustomos, prilipusi žemė nutrinama vilnoniu skuduru ir žiemai užkasama rūsyje, arba kapčiuje, į smėlį.

Taip paruoštos ir atsargoje laikomos krieno šaknys geriausiai tinka ne tik vaistams, bet ir visos žiemos valgiams vartoti.

Krieno šaknys yra vartojamos tiek vidiniam, tiek ir išoriniam gydymui. Jų veikimas yra pagrįstas pirmiausia šių cheminių substancijų buvimu šaknyse: aliejingu allilizothiocianatu, gliukozidu sinigrinu, laisvu eteriniu aliejumi, organine siera, asparaginu ir daugeliu kitų, pvz. įvairiais kalio junginiais ir kt.

Gydymo reikalui dažniausiai yra vartojamos žalios (nedžiovintos) krieno šaknys, kurios vaistinėse vadinamos Ra-

Krienas, užaugęs iš pasodintos šaknies

dix Armoraciae recens. Visomis formomis jos organizmą veikia kaip preparatai, stipriai erziną, jaudiną odą, gleivines ir virškinimo liaukas. Todėl žmonėms, turintiems suerzintą skrandį, inkstus bei jeknas krieno vaistai ir valgiai netinka. Stiprių vidurių, mažo rūgštingumo skrandžio sulčių žmonės krieno vaistus vartoja su pasisekimu. Tam reikalui dažniausiai yra vartojamos krieno sultys arba valgomos į tyrelę smulkiai sutrintos jo žalios šaknys. Pvz. krieno sultys, lygiomis dalimis sumaišytos su medumi, yra geriamos kas 2—3 valandos po 1 arbatinį šaukštelį nuo peršalimo pasekmių, pasireiškiančių sloga, užkimimu ir kt. Taip pat jos geriamos su sirapu, vynu ir kt., sergant dusuliu, skorbutu, žarnų bei skrandžio neveiklumu, podagra, vandens liga (Hydrops) ir kt.

Išoriniam vartojimui paprastai imamos krieno šaknys, smulkiai sutrintos į tyrelę, į kurią galima pridėti dar truputį acto. Toks vaistas, pridėtas prie odos, ją stipriai jaudina, erzina ir net pritraukia vandeningą pūslę, panašiai kaip ispaniškųjų musių plėstras (Emplastrum Cantharidis). Šitoks gydymo būdas krieno išoriniais vaistais kai kada praktikuojamas nuo išijo, neuralginių skausmų, nuo kai kurių mėšlungių ir kt.

Krienų suerzintas odos paviršius prireikus sutepamas nesūdytu sviestu, boro vazelinu, cinko tepalu (Unguentum Zinci) arba suvilgomas stipresniu ramunėlių nuoviru.

KUKURŪZAS
Zea Mays L.

Rus.: Кукуруза
Lenk.: Kukuruza
Vok.: Mais
(Gramineae šeimos)

Ankstyvesnes, žemesnio ūgio kukurūzų atmainas kai kas jau mėgina Lietuvoje auginti ne tiktai daržuose, bet ir aplamai dirvose. Vis dėlto kukurūzas, kaip daržovė, pas mus kol kas

A — kukurūzo visas augalas; B — moteriškas žiedynas su vaistams naudojamomis purkomis; C — atskira purka; D — varpa; E ir F — iš varpos išimti grūdai; G — perskeltas grūdas; H ir I — vyriškieji žiedai

yra dažniau matomas ne platesniuose sodžių daržuose, bet miestų ir priemiesčių darželiuose.

Kukurūzas yra vienametis augalas, kilęs iš vidurinės Amerikos.

Kukurūzo stiebas, viduje pripildytas plačios šerdies, užauga iki 3 m; lapai linijiški, paplokšti, iki 4 cm platumo, blakstienėtais kraštais; žiedai vienalyčiai. Viršūniniam šluotelės pavidalo žiedyne auga violetinės spalvos vyriškieji žiedeliai, o lapo makštimi apsuptos savotiškos varpos pavidalo žiedynės susideda iš moteriškų žiedų. Iš šitų makščių viršūnės puokštėmis kyšo siūlų pavidalo dvigubos purkos. Kukurūzo grūdai yra blizgančio, lygaus paviršiaus, apskriti arba kampuoti, kas priklauso nuo augalo atmainos. Grūdų spalva taip pat esti įvairi, pvz. geltona, balta, melsva, raudona ir kt.

Vaistams gaminti yra vartojamos kukurūzų vien tiktai purkos, vaistinėse vadinamos Stigma Maydis. Tam reikalui jos skinamos dar neapdulkintos. Tada purkos esti beveik žalios spalvos, sultingos, o apdulkintos prieš vysdamos jos pagelsta ir pagaliau parudėja.

Nuskintos purkos tuojau džiovinamos pagreitintu būdu, ne saulėje. Taip paruoštose kukurūzo purkose yra apie 3% saponino, pėdsakai tam tikro alkaloido, gliukozidiškų karčiųjų, dervingų medžiagų, riebiojo ir eterinio aliejaus ir kt.

Kukurūzo purkos yra geriamos arbatos pavidalu kaip specifinis, ne kenksmingas vaistas nuo nutukimo. Be to, jos geriamos šlapimui varyti (Diureticum) sergant įvairiomis vandeninės ligos formomis (Hydrops), susijusiomis su širdies nenormaliu veikimu ir kt.

Arbata yra verdama iš 5 g kukurūzo purkų tokiame kiekyje vandens, kad nusunkto skystimo būtų 1 stiklinė. Visa šitos arbatos stiklinė dalimis išgeriama per dieną. Be to, tiems patiems reikalams vietoje arbatos yra geriamas po 10—20 lašų 2—6 kartus per dieną iš kukurūzų purkų pagamintas skystas ekstraktas (Extractum Maydis fluidum).

Kukurūzams pas mus auginti geriausia pilkšvos spalvos smėlinga žemė, t. y. smėlys su priemaiša organinių puvenų. Dirva turi būti saulėtoje vietoje, giliai išdirbta ir patręšta supuvusiu gyvulių mėšlu.

Kukurūzo sėklos sėjamos tada, kai jų jauniems diegams jau nebegraso šalnos, t. y. apie gegužės mėnesio antrą pusę.

Kukurūzus auginant mažais kiekiais daržuose, geriau yra juos sodinti diegais apie 50 cm atstu augalas nuo augalo. Diegams užauginti kukurūzų sėklos sėjamos balandžio mėn. pradžioje kambaryje prižiūrimose dėžutėse.

Prinokusios arba neprinokusios kukurūzų sėklos, paruoštos įvairiais būdais, labai gerai tinka valgyti kaip sveikas ir maistingas patiekalas. Be to, dar neprinokusias varpas galima marinuoti žiemai. O jauni, žali kukurūzų lapai ir stiebeliai gerai tinka ožkoms ir kitokiems gyvuliams, ypač — melžiamiems gyvuliams šerti.

LIUBYSTRAS

Levisticum officinale Koch.

Rus.: Зоря
Latv.: Lubstaji
Lenk.: Lubezyk
Vok.: Liebstöckel
(Umbelliferae šeimos)

Liubystras yra kilęs iš Piet. Europos, bet dabar šis kultūrinis daržų ir vaistingas augalas daug kur auginamas. Lietuvos daržuose liubystras kol kas dar retai auginamas, nes jo vartojimas prieskoniams dar nėra pas mus prigijęs.

Liubystras yra daugiametė žolė, užauganti iki 2 m aukštumo. Jo šaknys labai šakotos, mėsingos, dengiamos gelsvai rudos žievelės, viduje baltos; stiebas apvalus, tuščiaviduris, blizgamai plikas; lapai taip pat blizgamai žalios spalvos, gana standūs, skiautėti; žiedynės susideda iš 6—12 spindulių; žiedeliai gelsvi, susiraičiusiais vainiklapiais; vaisiai briaunėti, labai silpno daigumo. Visos augalo dalys gana stipriai kvepia salie-

rus primenančiu kvapu; skonis pradžioje — kvapiai apysaldis, o vėliau darosi kartokas.

Vaistams gaminti yra vartojamos šaknys, vaistinėse vadinamos Radix Levistici. Jos kasamos anksti pavasarį, plaunamos, išilgai skaldomos ir džiovinamos natūralinėje džiovykloje arba šiaip saulėje. Taip paruoštose šaknyse yra iki 1% eterinio aliejaus (Oleum Levistici aethereum), terpinealio, valerijonų, obuolinės, acto, benzoinės rūgšties junginių, cukraus, krakmolo, gleivingų, dervingų medžiagų ir kt.

Liubystro žydinti viršūnė su lapais ir greta — atskiras žiedas, vaisius

Iš liubystro šaknų verdama ir geriama arbata po 2—3 stiklines per dieną nuo skrepliuojamos alsavimo takų slogos, nuo virškinimo organų sutrikimo, šlapimui varyti (Diureticum), stipresnis šaknų nuoviras dedamas į organizmui stiprinti vonias, kurios taip pat gydo pūliuojančias votis.

Geriamai liubystro arbatai virti imama vienai stiklinei verdančio vandens pusė arbatinio šaukštelio smulkiai supiaustytų šaknų.

Vietoje arbatos kai kas po truputį (po 0,2—0,7 g) geria kelis kartus per dieną pavalgius liubystro sausas šaknis, smulkiai sutrintas į miltelius.

Prieskoniams ruošti yra vartojamos liubystro ne tiktai šaknys, bet taip pat — vaisiai, jauni lapeliai ir kol dar nesukietėjusios, sultingos jauno stiebo dalys.

Liubystro prieskonius ypač tinka dėti į mėsines ir žuvies sriubas, padažus, kepsnius ir kt.

Liubystrui auginti geriausiai tinka derlingas, giliai išdirbtas, neperdžiūstantis juodžemis bent kiek paunksnyje. Jį veisti praktiškiau yra padalytais viršutinės šaknų dalies pumpurais, negu kad iš sėklų. Diegai sodinami anksti pavasarį apie 40 cm atstumu augalas nuo augalo. Toje pačioje dirvoje liubystras gali gerai augti bent kelerius metus. Iš 100 m² dirvos ploto galima gauti šaknų derliaus iki 70 kg.

MAIRŪNAS

Majorana hortensis Moench.

Rus.: Майоран
Latv.: Majorans
Lenk.: Majoran
Vok.: Majoran
(Labiatae šeimos)

Mairūnus lietuviai jau gana senokai augina daržuose ir jais mėgsta paskaninti net svetur garsius „lietuviškus riebuilius (koldūnus)".

Mairūnai yra kilę iš Šiaur. Afrikos. Jie pas mus auginami kaip vienamečiai augalai, bet jų sėklos nesuskumba prinokti Lietuvoje.

Mairūnai užauga apie 30 cm. Jų stiebelis gana standus, status, plonas, keturkampis, truputį plaukuotas, labai šakotas; lapeliai trumpakočiai, maži, lygiakraščiai, abiejose plokštelės

pusėse pilkšvais, trumpais plaukeliais apaugę; žiedeliai visai mažyčiai, balti arba šviesiai rausvi, surinkti į tankias, čerpiškai sutvarkytas žiedynes šakelių viršūnėse.

Visas mairūno augalas pasižymi gana stipriu, maloniu kvapu. Vaistams gaminti ir prieskoniams yra vartojama mairūno visa žolė, be apatinės, sumedėjusios stiebo dalies. Ji vaistinėse vadinama Herba Majoranae.

Mairūno žydinti viršūnė

Mairūno žolės derlių pas mus galima piauti net tris kartus per vasarą. Pirmas derlius piaunamas tada, kai prasideda žiedynų varputės formuotis; antras derlius, t. y. atolas, piaunamas tada, kai jis užauga maždaug tokio pat aukštumo, kaip buvo pirmoji žolė. Trečias derlius piaunamas arba su šaknimis raunamas prieš pat šalnas. Išrautos šaknys tuojau nupiaustomos, o žolė rišama mažomis gniūžtelėmis ir džiaunama gerai vėjo perpučiamoje pastogėje. Pirmą ir antrą derlių piaunant, mairūnų kelmeliai paliekami apie 7 cm aukštumo. Vėliau jie leidžia daug atžalų, todėl kiekvienas naujas derlius esti beveik du kartus didesnis už ankstyvesnį derlių. Pirmojo ir antrojo derliaus žolė paprastai nerišama, bet ji džiaunama plonu sluoksniu išsklaidyta.

Išdžiūvusi mairūnų žolė turi būti natūralaus kvapo ir pilkšvai žalios spalvos, neparudavusi ir nepriplėkus. Paprastai visi trys derliai sumaišomi į vieną kratinį, kuris smulkiai supiaustomas arba sumalamas.

Mairūnų sausoje žolėje dažniausiai esti nemaža smulkaus smėliuko ir žemių, kuri išsijojama tankiu sietu. Taip paruoštoje, sausoje mairūnų žolėje yra apie 2% labai maloniai kvepiančio, chemiškai imant labai sudėtingo eterinio aliejaus

(Oleum Majoranae aethereum), karčiųjų, savotiškų rauginių medžiagų ir daug kitokių cheminių substancijų.

Mairūnų žolės farmakologinis veikimas yra panašus į gryno to paties augalo eterinio aliejaus veikimą. Pvz. nuo 100 išgertų mairūno eterinio aliejaus lašų suaugęs žmogus jaučia pradžioje smarkų nervų sujaudinimą, intelektinių sugebėjimų netekimą, vėliau — smarkų galvos skaudėjimą ir pagaliau — bendros muskulų energijos nusilpimą.

Mažomis terapeutinėmis mairūnų žolės bei jos eterinio aliejaus dozomis yra gydomi migrenos skausmai, astmos (dusulio) priepuoliai, virškinimo ir lytinės srities histeriniai sutrikimai ir kt.

Tam reikalui mairūnų arbata yra geriama po 1 stiklinę 2—3 kartus per dieną arba mairūnų eterinio aliejaus po 2—5 lašus, užlašintus ant cukraus sučiulpiama 2—3 kartus per dieną.

Mairūnų arbatai virti imama 1 arbatinis šaukštelis žolės — 1 stiklinei karšto vandens.

Mairūnams auginti žemė turi būti skiriama labai derlinga, gerai išdirbta, puri, ne per sunki, be piktžolių, šilta, saulėta, pakankamai drėgmę laikanti ir ne šviežiai patręšta gyvulių mėšlu.

Iš mineralinių trąšų pageidautina yra barstyti į 100 m² dirvos plotą apie 4 kg superio, 1,5 kg kalio druskos, 1,5 kg sieros amoniako ir apie 7 kg kalkių.

Mairūnai sodinami po 2—3 diegus į duobutę apie 20 cm atstumu vienas nuo kito. Pasodinti diegai sausrų metu turi būti gana dažnai laistomi ir žemė tarp augalų purinama, ravima bent kelis kartus per vasarą.

100 m² plotui apsodinti reikalingą mairūno diegų kiekį galima užauginti iš 2 g daigių sėklų, pasėtų šiltadaržyje.

Kad geriau ir greičiau atolo derlius užaugtų, nupiauti mairūnai tuojau laistomi gerai išsistovėjusiu paukščių arba avių praskiestu mėšlu.

Smulkiai į miltelius sumalta mairūnų žolė yra dedama ne tik į riebuilius, bet taip pat — į dešras, į padažus, į mėsines sriubas ir į įvairius mėsinius, ypač — į veršienos patiekalus.

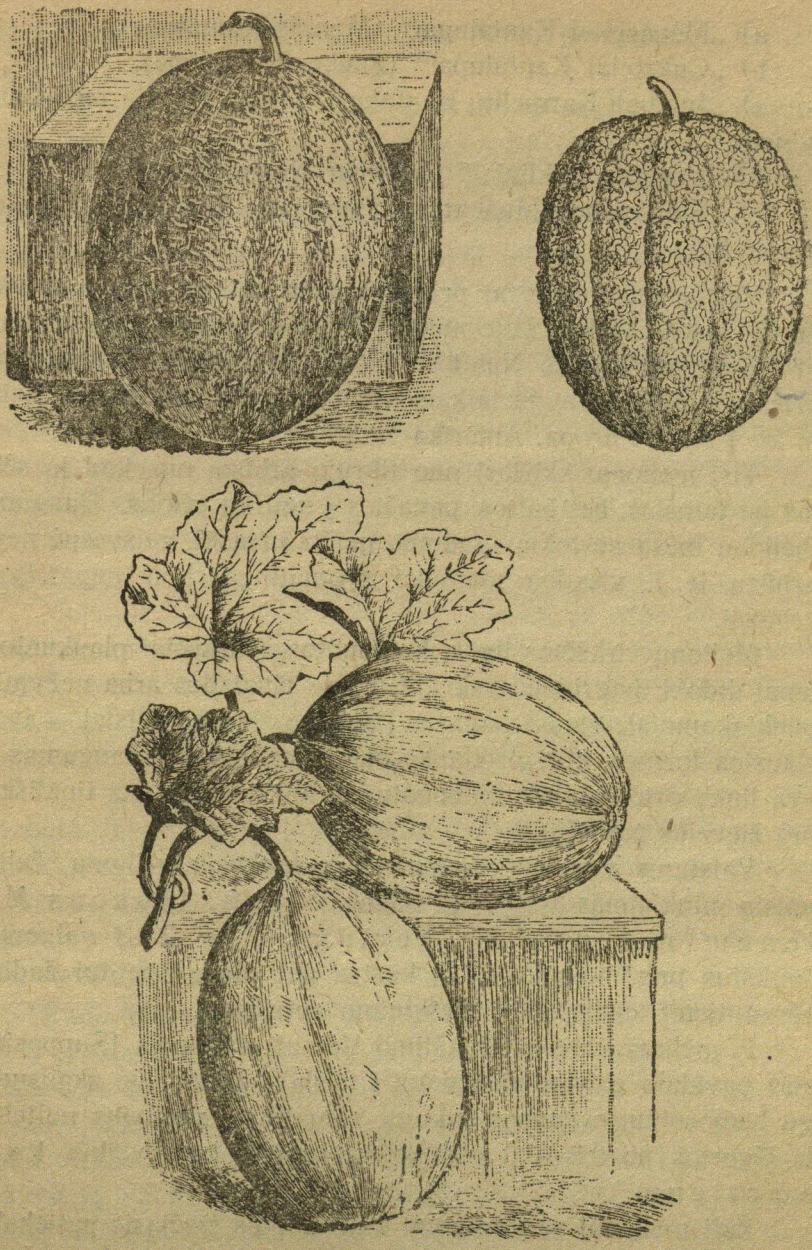
MELIONAS

Cucumis Melo L.

Rus.: Дыня
Lenk.: Melon
Vok.: Melone
(Cucurbitaceae šeimos)

Melionas yra agurkinių augalų šeimoje skaniausia, visų daugiausia žmogų viliojanti daržovė. Savo žavingu skoniu ir kvapu melionas toli pralenkia tikrąjį arbūzą. Tartum dėl to šitas augalėlis reikalauja iš augintojo daugiausia dėmesio ir stropumo prižiūrėti. Be to, melionas dar daugiau negu arbūzas reikalauja saulės spindulių, šilumos ore ir žemėje. Jei arbūzus yra sunku pas mus užauginti, tai ką kalbėti apie melionus. Vis dėlto savo garbingame darbe atkaklesni daržininkai net Lietuvoje nurimsta tiktai tada, kai jie savo rankų darbą ir sumanumą apvainikuoja auksinės premijos vertu pasisekimu melionų auginime. Šitokiame kultūrinių augalų auginimo darbe daržininkai nėra vieni. Jiems į talką ateina botanikai ir selekcininkai. Dėl tokio bendradarbiavimo turime dabar daugybę naujai išvestų vertingesnių kultūrinių augalų rūšių atmainų ir formų. Taip yra ir melionų auginime, nes jų dabar mes galime suskaičiuoti net 100 su viršum įvairių atmainų. Kiekviena jų pasižymi kuria nors savybe tiek formos, tiek skonio, tiek vegetacijos ilgumu ir kt. atžvilgiais.

Lietuvoje geriausiai tinka auginti trumpesnės vegetacijos, t. y. anksčiausia prinokstą melionai. Prie tokių melionų galima priskirti pirmiausia šias atmainas:



Būdingesnių meliono atmainų vaisiai

a) „Mėnesiniai Kantalupai“ (Monats-Kantalupe),

b) „Cukriniai Kantalupai“ (Zucker-Kantalupe),

c) „Juodieji Karmelitų Kantalupai“ (Noir des Carmes-Cantalupe),

d) „Berlyno tinkliniai“ (Berliner Netzmelone),

e) „Staigmenos Muškatai“ (Surprise Muskat-Netz-Melone) ir kt.

Vaistų reikalui gerai prinokstančių melionų atmainos vienodai tinka. Dabar šiltesniuose kraštuose auginamų melionų protėviai yra kilę iš Nubijos. Iš ten jie pradėjo keliauti dar priešistoriniais faraonų laikais per Persiją, pietų vakarų Aziją ir kt. į Piet. Europą, Ameriką ir kt.

Visi melionai skiriasi nuo tikrųjų arbūzų tuo, kad jų sėklos ne tamsios, bet baltos, panašios į agurkų sėklas. Daugumo melionų mėsa ne tokia raudona, mažiau traški, gelsvesnė negu arbūzų ir ji visados maloniai aromatinga, kuo nepasižymi arbūzai.

Melionų virkščios ilgos, kampuotos, šiurkščiai plaukuotos; lapai didoki, pagrinde apskritai inksto išvaizdos arba nežymiai penkiakampiai; žiedai panašūs į agurko žiedus; vaisiai — įvairiausios formos, kuri priklauso nuo atmainos, bet daugumas jų yra linkę prie išilginio rumbuotumo, karpuotumo bei tinkliškumo žievelės paviršiuje.

Vaistams yra vartojama prinokusių melionų žalias vaisių minkštimas arba iš jo išspaustos sultys (Succus Melonum recens). Jos geriamos po 2—3 valgomus šaukštus prieš valgant 3—4 kartus per dieną apetitui žadinti sergantiems dispepsiniu virškinimo sutrikimu.

Iš meliono vaisių minkštimo išpiauti žvakutės (Suppositoria) pavidalo gabalėliai dedami į tiesiąją žarną nuo skausmingų hemoroidų, o sausos šaknys, sumaltos į smulkius miltelius ir išgertos po 0,5—3,0 g sukelia vėmimą, t. y. veikia kaip emeticum.

Žali melionai yra valgomi kaip puikus trečiasis patiekalas (desertas). Bet per daug valgyti žalinga sveikatai. Be to, me-

lionai labai gerai tinka puikiausios rūšies kompotui virti, marinuoti su cukrum, actu ir kt.

Norint melioną užauginti po atviru dangumi, vieta parenkama kaitri, iš žiemių ir rytų pusių gerai apsaugota nuo šaltesnių vėjų. Kiekvienam meliono diegui sodinti yra kasama atskira duobė apie 60 cm platumo ir apie 50 cm gilumo. Ji iki viršaus arba net su 10 cm aukštumo kaupu pripilama šviežio arklių mėšlo, sumaišyto su medžių nukritusių lapų trečdaliu. Ant mėšlo supilamas geros žemės kapčius 20 cm storumo sluoksniu. Taigi meliono diegas yra sodinamas tik šitokio kapčiaus viršūnėje. Kapčiui supilti yra tinkamiausias toks žemės mišinys: gerai supuvusio raguočių mėšlo, smulkios velėninės žemės, molingos žemės, švaraus upės smėlio ir lapinės žemės lygiomis dalimis.

Melionai sodinami kapčiuose apie 1,5 m atstumu diegas nuo diego.

Melionų diegai yra auginami šiltnamyje arba kambaryje prižiūrimuose puodeliuose. Jie sodinami su visa iš puodelio išimta žeme apie birželio mėnesio pradžią. Pasodinti diegai kapčiuose iki vaisių užsimezgimo stropiai laistomi kambario temperatūros vandeniu ir laikomi apvožti stikline dėžute tol, kol oro temperatūra dar vėsi. Jei tokiai dėžutei pasidaryti stiklo nėra, jį galima pakeisti baltu popieriumi, pritvirtintu prie atitinkamų rėmelių, kad popierius melionui daugiau šviesos praleistų ir nuo lietaus neištyžtų, jis sutepamas aliejumi. Pravartu atsiminti, kad suspaustas oras po tokiais gaubtuvais gražią, ramią dieną turi būti stropiai vėdinamas.

Kada meliono užauga pirmieji 5 lapai, jo virkščios viršūnė su 2 lapais nugnybama. Iš likusių 3 pumpurų lapų pažastyse leidžiama augti tiktai dviem virkščiom, bet jos ir visos kitos vėliau užaugusios virkščios taip pat sutrumpinamos, kaip ir pirmoji virkščia. Pagaliau kada melionas pražysta, leidžiama tik po vieną vaisių užsimegzti kiekvienoje virkščioje, t. y. viso 3—4 vaisiams visame meliono kelme, nes mūsų klimato sąlygose daugiau vaisių neprinoksta.

Kad žemėje gulėdami vaisiai nepūtų, po jais yra padedama bet kokia šukė arba stiklo gabalas. Prinokusį meliono vaisių galima pažinti pagal jo atsirandantį malonų kvapą ir pagal vaiskočio pamatą, kurio krašteliai tada pradeda tartum atsiskirti nuo prinokusio vaisiaus.

MOLIŪGAS, PAPRASTASIS

Cucurbita Pepo L.

Rus.: Тыква
Latv.: Kirbji
Lenk.: Dynia
Vok.: Kürbis
(Cucurbitaceae šeimos)

Moliūgų, kurių tėvynė yra Piet. ir Vak. Amerika, yra labai daug įvairių rūšių ir atmainų bei formų. Vienos jų dėl savo originalios vaisių formos yra auginamos kaip dekoratyviniai augalai, kitos dėl milžiniško vaisių didumo, kai kada užaugančio iki 220 kg svorio, yra veisiamos dažniausiai pašarui, dar kitos auginamos valgyti. Paprastojo, valgomojo moliūgo vaisiai užauga — apie 5 kg svorio. Jie taip pat esti nevienodos formos ir spalvos. Šita valgomoji rūšis Lietuvos kaimuose yra auginama jau nuo seniau. Jos virkščios šiurkščios, kampuotos, šakotos, užauga iki 10 m ilgumo; lapai kotuoti, dažnai penkiaskiaučiai; žiedai — dideli, geltoni, sėklos apie 12 mm platumo ir apie 23 mm ilgumo, gelsvai baltos spalvos lukšteliu.

Vaistų reikalui yra vartojami moliūgo sėklų išlukštenti branduoliai, lotyniškai vadinami Semen Cucurbitae decorticatae. Tam reikalui sėklos imamos iš prinokusių vaisių; jos išvalomos, išplaunamos ir džiovinamos saulėje, o lukštenamos prieš pat vartojant, nes anksčiau nulupti branduoliai atsargoje gali greitai sugesti, o nelukštentos sėklos vaistams gali tikti iki 8 metų laiko. Tūkstantis tokių sėklų turi sverti nuo 200 iki 400 g.

Išlukštentuose moliūgo sėklų branduoliuose yra apie 35% riebiojo aliejaus, panašaus į migdolų aliejų, fitosterino, lecitino,

edestino, fitino, oksicerotinės, salicinės rūgščių, dervingos medžiagos ir kt.

Pagrindinis moliūgo sėklų veikimas yra laikomas geru ir nenuodingu vaistu nuo dėlių žarnose (Anthelminticum), ypač nuo Taenia solium, Taenia saginatum ir nuo Botriocephalus. Tam reikalui suaugusiam pacientui duodama išgerti „ant tuščios" nuo 30 iki 150 g moliūgo sėklų branduolių, sugrūstų į tyrelę, kuri sumaišoma su medumi, su uogiene

Moliūgo žydinti viršūnė

arba su pienu, o po 2—3 valandų duodama išgerti 1—2 šaukštai ricinos arba 2—4 arbatiniai šaukšteliai glauberio druskos (Natr. Sulfuricum) viduriams išvalyti. Paaugliams vaikams, reikalaujantiems, kad šitie vaistai būtų malonaus skonio ir kvapo, galima padaryti šitokią emulsiją. Paimti išlukštentų moliūgo sėklų 30—60 g, jas sumaišyti su 30—60 g cukraus smulkiais milteliais, mišinį sugrūsti ir sutrinti į tolygią pastos konsistencijos masę, kurią reikia praskiesti, po truputį pilant, pamerančių žiedų (Aqua Naphae) 15 g vandeniu. Gautą mišinį galutinai praskiesti vaistinių čiobrelių arbata (Infusum Thymi) 125 g. Tokiai arbatai virti imama paminėtų čiobrelių (Herba Thymi vulgaris) — 3 g į 250 g verdančio vandens. Tuo būdu gautos emulsijos 200—260 g išgeriama irgi „ant tuščios", o po to — valomi viduriai (kaip aukščiau nurodyta).

Be to, iš 20 g moliūgo sėklų branduolių išvirta arbata (Infusum, bet ne nuoviras, t. y. ne Decoctum) yra rekomenduojama gerti po 1—4 stiklines per dieną švelniu šlapimą varančiu (Diureticum) vaistu pūslės, inkstų, tulžies bei jeknų suerzinimais sergantiems žmonėms.

Paprastasis, valgomasis moliūgas geriausiai auga puveningoje, giliai išdirbtoje, bent kiek apydrėgnėje, šiek tiek prie molio, saulėtoje, lygioje žemėje. Kas augina tik kelis moliūgo augalus, patartina juos sodinti ties pat kompostine krūva.

Diegams užauginti moliūgo sėklos sėjamos šiltoje vietoje laikomuose puodeliuose, pripildytuose drėgnų durpių. Sudygusios sėklos persodinamos į kitus, geros kompostinės žemės pripildytus puodus bei dėžutes. Iš ten moliūgo diegai, išimti su visa žeme, sodinami dirvoje apie gegužės mėnesio pabaigą kas 2 m diegas nuo diego. Pasodinti moliūgai sausrų metu dažnai laistomi ir ravimi.

Gerai supuvusių gyvulių mėšlu, sieros amoniaku, superiu ir kalio druska žemės trešimas labai didina moliūgo derlių. Taip pat gaunamas geresnis derlius, kai žemėje gulinti moliūgo virkščia vietomis užžeriama kompostine žeme.

Moliūgo virkščios viršūnė nupiaunama, kai joje užauga 6 lapai. Vėliau išpiaustomos visos pašalinės virkščios, bet aukščiau užsimezgusio vaisiaus visados paliekamas virkščios galas su 2—3 lapais. Visame moliūgo kelme paliekama augti ne daugiau kaip 3—4 vaisiai. Kad jie geriau prinoktų ir nepradėtų pūti, turi būti atsargiai vartomi ir po vaisiumi patariama padėti lentutę.

Nuo sėklų sudygimo iki vaisiaus prinokimo pas mus reikalinga apie 100—140 dienų laikotarpio.

Vaisių derlius piaunamas prieš šalnas, paliekant 15 cm ilgumo kotą.

Moliūgo vaisiai, laikomi sausoje ir neužšąlamoje patalpoje, gali būti valgomi visą žiemą. Jie dedami į sriubas, į duoną, marinuojami, puikiai tinka kompotui, uogienei virti, kepti svieste ir kt. riebaluose. Neturint žiemą neužšąlamų patalpų, moliūgo mėsa supiaustoma riekutėmis ir džiovinama saulėje, o žiemą riekutės malamos arba pamirkytos naudojamos valgiams gaminti.

MORKA, VALGOMOJI

Daucus Carota L. subspec. sativus

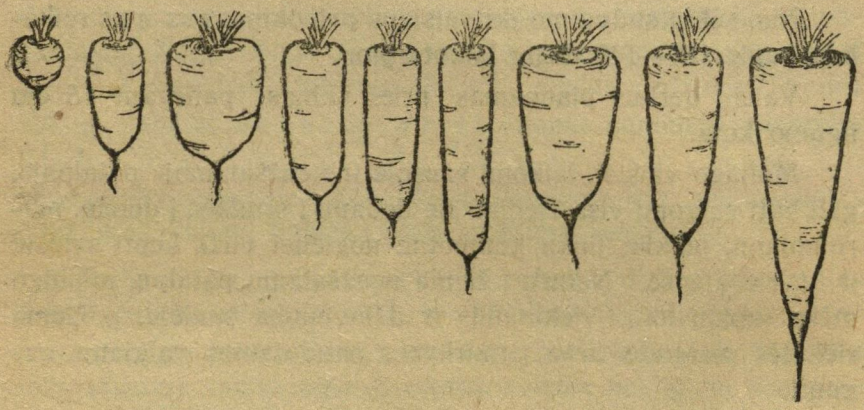
Rus.: Морковь
Latv.: Burkāns
Lenk.: Marchew
Vok.: Möhre
(Umbelliferae šeimos)

Valgomoji morka yra visiems gerai žinoma ir mėgstama daržovė, daugiau ar mažiau kiekviename Lietuvos darže auginama nuo seniau. Morkas ypač mėgsta valgyti vaikai ir šiaip jaunesnio amžiaus žmonės. Toks morkų pamėgimas nėra atsitiktinis, bet tai yra instinktyvinis augančio arba bręstančio organizmo reikalavimas tų jam būtinų medžiagų, kurių daug turi morkos.

Morka yra dvimetis augalas, ne tik auginamas daržuose, bet taip pat savaime gana gausiai augąs pas mus sausose pie-

vose ir pakelėmis. Laukinių morkų šaknis yra balta, kietoka, nelabai sultinga, ilgoka, o kultūrinių ir laukinių morkų šaknies kvapas, lapų forma, žiedai, žiedynų išvaizda ir sėklos vienų ir antrų yra labai panašios.

Kultūrinių morkų šaknyse yra provitamino A karotino pavidalu, vitaminų B ir C, azotinių, bent kiek riebalinių medžiagų, apie 6—12% cukraus, lecitino, obuolinės rūgšties ir jos jun-



Įvairių morkos atmainų pagrindinės šaknų formos

ginių, asparagino, bent kiek eterinio aliejaus, proteinių medžiagų ir daug kitų organizmui vertingų substancijų. Todėl kultūrinių morkų šaknys yra valgomos įvairiomis formomis, ypač iš šviežių šaknų išspaustos žalios sultys, kurios prieš vartojimą turi būti kūno temperatūros, yra geriamos po 1 stiklinę 2—6 kartus per dieną ir daugiau visam organizmui ir nervams stiprinti, jo svoriui padidinti, nuo infekcinių ligų geresniam atsparumui įgyti, nuo mažakraujystės, nuo rachito ir virškinimo traktui reguliuoti.

Kai kas žalias laukinių morkų šaknis, sutrintas į tyrelę, maišo lygiomis dalimis su medumi ir šį vaistingą tepalą deda prie pūliuojančių žaizdų, net prie tokių, kaip Ulcus cruris, prie nuplikyto arba nudeginto odos paviršiaus ir kt. Be to, mūsų sodiečiai gana dažnai geria įvairiais kiekiais laukinių morkų šaknis arbatos pavidalu nuo vandens ligos, nuo „lyti-

nio nusilpimo“ ir kt. Vietoje šaknų tokiai pat arbatai virti naudojamos laukinių morkų sėklos arba lapai.

Morka yra daugiau šiaurės kraštų augalas. Jos kultūrinėms formoms auginti geriausios klimatinės sąlygos siekia net iki 71° šiaurinės platumos. Tuo būdu Lietuvos geografinė padėtis šitai daržovei auginti yra visai tinkama. Iš tikrųjų mūsų žmonės morkas puikiai moka auginti, bet gaila, kad lig šiol šitos labai vertingos daržovės dar per maža mes suvartojame. Tuo reiktų rimtai susidomėti.

Dirvos atžvilgiu geriausią derlių duoda ir skaniausios morkos užauga gausiai įtręštame, giliai išdirbtame, ne per daug perdžiūstančiame priesmėlyje, kalkingame ir su nežymia molio priemaiša. Pavasariais trešimas šviežiu gyvulių mėšlu morkoms visai netinka. Trešti tenka vasaros pabaigoje, ruošiant dirvą kitų metų morkų sėjai. Prie gyvulinio mėšlo įdėtos mineralinės trąšos žymiai pakelia morkų derlių. Tam reikalui laikomasi šitokios mineralinių trąšų proporcijos 1 hektarui patręšti: 40% kalio druskos — 400 kg, zuperio — 200 kg ir tiek pat, t. y. 200 kg salietros, kuri po truputį išberiama per kelis kartus, praleidžiant kaskart 7—8 dienas. Be to, reikia atsiminti, kad morkos būtų sėjamos ne per tankiai, o apsėta dirva turi būti nepavėluotai ravima ir purinama bent kelis kartus per vasarą.

Vienam hektarui apsėti 30 cm platumo eilutėmis reikalinga 3—4 kg gerai išvalytų ir gero daigumo morkų sėklų, t. y. 10 m^2 platumo lysvei apsėti užtenka 3—4 g sėklų.

OŽRAGĖ, MĖLYNŽIEDĖ

Trigonella coerulea (L.) Ser.

Rus.: Треуголка
Lenk.: Koziarądka
Vok.: Siebengezeit
(Leguminosae šeimos)

Mėlynžiedę ožragę dar labai maža kas augina Lietuvoje vien tik tam tikros rūšies sūriams paskaninti bei jiems pakvėpinti.

Šito augalo tėvynė yra laikoma Piet. ir Rytų Europa, bet bandymai Kauno Botanikos Sode rodo, kad jis Lietuvoje gali būti sėkmingai auginamas.

Mėlynžiedė ožragė yra vienametė žolė, užauganti apie 30—50 cm aukštumo. Jos virkščia gana plona, šakota; lapeliai triskiaučiai, panašūs į dobilo lapus, jie dantytais kraštais; žiedeliai maži, melsvi, surinkti žiedkočio gale į kiaušinėlio formos žiedyną; ankštelės smailagalės, jos slepia po 2 žirnelio formos sėklas.

Visas augalas gana stipriai kvepia savotišku, mažyčius paršelius primenančiu kvapu. Tas kvapas dar labiau sustiprėja, kai augalas išdžiūsta. Teko matyti net prieš 200 metų sudžiovintą, Paryžiaus Botanikos Muziejuje laikomą mėlynosios ožragės egzempliorių, kuris dar jaučiamai kvepia savo kvapu.

Mėlynžiedės ožragės cheminė sudėtis yra labai sudėtinga ir prideramai dar neištirta. Gal dėl to šitas augalas dar niekur nevartojamas mokslo medicinos reikalams ir niekur neįtrauktas į farmakopėją, bet liaudis jo arbatą kai kur geria po 1—3 stiklines per dieną pavalgius nuo džiovos, nuo skrofulos, nuo rachito ir šiaip visam organizmui sustiprinti kaip roborans vaistą. Arbatai virti imamas 0,5—1 arbatinis šaukštelis supiaustytos, sausos žolės vienai stiklinei karšto vandens, paskaninto žalių obuolių arba žalių žemuogių išspaustomis sultimis. Be to, pašutinta, dar karšta mėlynosios ožragės žolė dedama prie skausmingų, nuo sumušimo susidariusių sutinimų, kaip geras „kraują išvarinėjantis“ (resolvens) vaistas.

Mėlynžiedė ožragė turi būti auginama lengvoje, derlingoje, bet ne šviežiai gyvulių mėšlu patręštoje, be piktžolių dirvoje, saulėtoje, nuo šaltesnių vėjų apsaugotoje vietoje. Jos sėklos pas mus sėjamos 25 cm platumo eilutėmis tada, kai alyvos (Syringa vulgaris) visur žydi. Vienam arui (100 m²) apsėti reikalinga apie 50 g sėklų.

Vaistams ir sūriams gaminti yra vartojama mėlynosios ožragės visa žolė, nupiauta pačioje jos žydėjimo pradžioje. Nu-

a — Mėlynžiedės ožragės visas augalas; b — dygstantis augalas; c — prielapiai; d — visas žiedas; e, f, g, h — atskiros žiedo dalys; i — vaisius; k — sėkla (žymiai padidinta)

piauta žolė greitai džiovinama plonu sluoksniu natūralinėje džiovykloje ir ten dažnai vartoma, kad greičiau ir lygiau išdžiūtų. Gerai išdžiūvus žolė, vaistinėse vadinama Herba Aegipticae arba Herba Meliloti coerulei, standžiai pakuojama į skardines arba į vaškiniu popieriumi išklotas medines dėžes sausą, gražią dieną.

Tam tikros rūšies sūrio gamyklose mėlynžiedės ožragės sausa žolė malama į smulkius miltelius. Jie yra dedami į visai paruoštą varškę, prieš pat sūrio galvas formuojant, t. y. varškės perdirbimo (fermentavimo, virimo ir kt.) vyksme milteliai nedalyvauja. Tam reikalui žolė turi būti kiekvieną kartą šviežiai malama.

Toks sūris yra savotiškai „pikantiško" skonio ir kvapo, minkštos konsistencijos, žalios spalvos.

Mėlynosios ožragės žolė taip pat gerai tinka dėti į kailius arba į vilnonius drabužius, saugant juos nuo kandžių.

PANKOLIS

Foeniculum vulgare Mill.

Rus.: Фенхель
Latv.: Fenchels
Lenk.: Pankul
Vok.: Fenchel
(Umbelliferae šeimos)

Pankolis yra dvimetis augalas, kilęs iš Piet. Europos, dabar daug kur auginamas vaistams ir prieskoniams.

Lietuvoje pankolis dar ne plačiai auginamas, nes sunkesnėje žemėje ir paprastose auginimo sąlygose jis dažnai iššąla.

Pankolio stiebas užauga iki pusantro metro. Jis apskritas, bent kiek vagotas, viršuje šakotas; šaknis balta, gana mėsinga, stambi; lapai kotuoti, trigubai skiautėti; lapų skiautelės siūliškai siaurutės; žiedynai — stambūs, susidedą iš 10—20 spindulių, be skraistelių; žiedeliai maži, geltoni, į vidų suries-

tais vainiklapiais; vaisiai pailgi, žalsvos spalvos, anksti atsiskiriančiomis dviem dalimis, kurių išorinėje pusėje yra ryškios penkios išilginės briaunelės.

Visas augalas, net ir jo šaknis gana maloniai kvepia krapus bei anyžius primenančiu kvapu ir turi apysaldį skonį.

Vaistų reikalui pankolis yra auginimas dėl jo vaisių, vaistinėse vadinamų Fructus Foeniculi, bet prieskoniams tinka visos augalo dalys, ypač jo jauni lapai ir jauni, sultingi stiebai.

Pankolio žydinti viršūnė ir greta — atskiras žiedas, vaisius (sveikas ir skersai perpiautas)

Gerai prinokusiuose pankolio vaisiuose yra apie 3% eterinio aliejaus (Oleum Foeniculi aethereum), apie 7% riebiojo aliejaus, apie 4% cukraus ir kt.

Eterinis pankolio aliejus priklauso prie svarbiausių pankolio sudėties dalių. Jis turi savyje apie 50% anetolio, anyžių aldehido, anyžių rūgšties, anyžių ketono, pineno, kamfeno ir daug kitų. Šis aliejus yra gaminamas destiliacijos būdu karštais vandens garais. Tokiam perdirbimui tinka ne tik vaisiai, bet ir visos pankolio žalios arba išdžiovintos dalys.

Pankolio vaisiai yra naudojami įvairiomis formomis nuo alsavimo takų susirgimų, nuo chroniško vidurių užkietėjimo, ypač senyvo amžiaus žmonėms, šlapimui varyti (Diureticum) ir kt. Kaip diureticum energingiau veikia pankolio šaknų preparatai negu kad vaisiai.

Minėtoms ligoms gydyti paprastai yra gaminama p a n k o l i o a r b a t a. Tam reikalui į 2 stiklines karšto vandens dedamas 1 arbatinis šaukštelis pankolio vaisių bei susmulkintų šaknų. Tokiai arbatai „pritraukti“, arba nusistoti, duodama apie 15 minučių laiko, o po to ji geriama po 1—2 stiklines per dieną. Be to, vietoje arbatos galima gerti pankolio sausus vaisius, smulkiai sumaltus į miltelius. Jų paprastai imama po 0,5—1,0 g 2—3 kartus per dieną. Taip pat yra geriama pankolio eterinis aliejus 2—3 kartus per dieną po 3—10 lašų ant cukraus arba su šiltu pienu. Reikia nepamiršti, kad perdėtos pankolio vaistų dozos gali greitai s u e r z i n t i i n k s t u s, sukelti viduriavimą, vėmimą ir kt.

Pankoliams auginti pas mus geriausiai tinka lengva, šilta, prie smėlio, bet per daug neperdžiūstanti ir vandenį praleidžianti žemė. Ji turi būti giliai išdirbta ir prieš metus laiko gausiai patręšta gyvulių mėšlu. Tuo būdu pankolį veisti tenka po kaupiamųjų augalų, saulėtoje, kaitrioje vietoje.

Pankolio vaisiai (sėklos) sėjami apie birželio mėn. viduri gerai prižiūrimose lysvėse. Ten užaugę diegai rudenį apklojami eglišakėmis, lapais ir paliekami žiemoti. Pavasarį jie iškasami ir sodinami dirvoje 40 cm platumo eilutėmis, o augalas nuo augalo eilutėje sodinamas 25—30 cm atstumu. Tuo būdu vienam ha apsodinti reikia apie 100.000 diegų, kuriuos galima užauginti iš 12—17 kg pankolio vaisių.

Pankolio vaisiai pas mus prinoksta tik apie rugsėjo mėn. pabaigą, bet ne visi vienodai. Todėl pilnesnius, stambesnius ir geriau prinokusius vaisius reikia atskirti sėklai nuo silpnesnių vaisių.

Kad pankolio vaisiai nepelytų atsargoje, juos išvėtytus reikia gerai išdžiovinti.

Prieskonių reikalams visos pankolio dalys yra vartojamos vietoje krapų ir vietoje anyžių. Pankolis taip pat tinka dėti į sriubas vietoje salierų ir agurkams rauginti.

PASTARNOKAS, SĖJAMASIS

Pastinaca sativa L.

Rus.: Пастернак
Latv.: Mores
Lenk.: Pasternak
Vok.: Pastinak
(Umbelliferae šeimos)

Pastarnokų auginimas Lietuvoje yra žinomas jau nuo senų laikų, bet vis dėlto dabartiniais laikais juos retai užtinkame sodžių daržuose. Iš ten pastarnoką greičiausiai išstūmė morka, bet sulaukėjusių pastarnokų mes apsčiai matome savaime augančių mūsų pakelėmis, patvoriais ir kt.

Pastarnoko šaknis

Valgymui ir prieskoniams, pašarui ir vaistų reikalui yra vartojamos vien kultūrinės pastarnokų formos. Jų yra bent keletas atmainų, pasižyminčių skirtingomis šaknų formomis, jų ilgumu bei storumu, skirtingu skoniu ir kt. savybėmis.

Pastarnokas yra dvimetis augalas. Jo šaknis yra stambi, gelsvai balta su skersiniais, tamsiais brūkšneliais, mėsinga, kvapi ir visai nebijanti šalčių. Stiebas antrais metais užauga apie 1,25 m aukštumo; jis status, išilgai vagotas, bent kiek šiurkščiai plaukuotas, jo viršutinė dalis šakota; lapai stambūs, pražanginiai, plunksniškai skiautėti, apatinėje plokštelės pusėje minkštai plaukuoti, nelygiai dantytais kraštais; žiedeliai geltoni, surinkti į stambius žiedynus, susidedančius iš 8—12 nelygaus ilgumo spindulių. Vaisiai rudos spalvos, visai paplokšti, plėnėtais krašteliais, iki 5—8 mm ilgumo ir iki 4—7 mm platumo. Juos kai kas deda į valgius savotiškai kvepiančiu prieskoniu ir arbatos pavidalu geria nuo skausmų sergant pūslės akmenimis.

Šiaip pastarnokai yra auginami dėl jų vartojamų šaknų, savo kvapu primenančių morkas. Vaistams gaminti jos yra kasamos antrais metais anksti pavasarį. Iškastos šaknys nuplaunamos, išilgai suskaldomos, suvarstomos ant siūlų ir džiovinamos saulėje. Taip paruoštose šaknyse, vaistinėje vadinamose Radix Pastinacae yra eterinio ir riebiojo aliejaus, pektino, gliukozos, kalio, natrio, kalcio, magnio, sieros, chloro ir kt. junginių.

Pastarnoko šaknys yra sodiečių geriamos arbatos pavidalu po 1—3 stiklines per dieną nuo pūslės slogos, nuo džiovos, apetitui žadinti ir kt. Arbatai virti imami 1—3 arbatiniai šaukšteliai supiaustytų pastarnoko šaknų — 1 stiklinei vandens.

Kaip daržovė pastarnokų šaknys yra dedamos į sriubas ir į kitus valgius, panašiai kaip morkos ir salierai.

Pastarnokus auginti yra labai lengva, nes jie nereikalauja ypatingos priežiūros. Geriausia dirva pastarnokams auginti yra laikomas iš anksčiau gerai įtręštas, giliai išdirbtas priemolis. Sėklos yra sėjamos anksti pavasarį 40 cm platumo eilutėmis ir užžeriamos apie 1 cm storumo žemės sluoksniu. 100 m^2 ploteliui apsėti reikia apie 30 g sėklų. Sudygę diegai, turį 4—5 lapelius, retinami taip, kad augalas augtų nuo augalo per 20—30 cm eilėje. Visa kita pastarnokų priežiūra yra tokia pat, kaip morkų. Rudenį nenukastos pastarnokų šaknys žiemą ne tik kad nesušąla, bet jos ankstyvą pavasarį arba žiemą iškastos esti dar skanesnės negu nepašalusios.

Sunkesnėse dirvose pas mus patariama auginti atmainas rutuliškomis šaknimis, užaugančiomis iki 10 cm ilgumo ir apie 12 cm storumo. Prie tokių atmainų priklauso:

a) „Zuckerpastinake“,
b) „Panais rond hatif“,
c) „Panais royal“ ir kt.

Lengvoms, giliai išdirbtoms dirvoms geriau tinka atmainos ilgomis šaknimis, užaugančiomis iki 40 cm ilgumo. Prie tokių atmainų priklauso:

a) „Long Smooth Parsnip“,
b) „Panais amélioré de Brest“ ir kt.

PELETRŪNAS

Artemisia Dracunculus L.

Rus.: Эстрагон
Lenk.: Estragon
Vok.: Estragon
(Compositae šeimos)

Kai kur Lietuvoje, ypač Žemaičiuose, žmonės peletrūną po truputį augina ir vartoja jau nuo seniau. Jis pas mus auginamas dažniausiai pavieniais krūmeliais kur nors daržo kampelyje arba — darželiuose, kaimynystėje rūtų ir kitų gėlių.

Peletrūno šviežius lapus sodžiaus šeimininkės kai kada deda į padažus, į bulvienę, į varškę ir kt. Mūsų miestiečiai, turį savo darželius, pastaraisiais laikais peletrūną vartoja bent kiek plačiau ir jį paprastai vadina paryžiškai — „estragonu“. Čia peletrūną mirko acte, kuriame vėliau marinuoja silkes, agurkus, valgo su antiena, su žąsiena, lapeliais pabarsto sviestainius, deda į garstyčias, į salotas, į mėsines sriubas ir kt. Tam reikalui šeimininkės, norinčios turėti visada žalių lapelių, peletrūną augina žiemą virtuvėje prižiūrimuose gėlių puodeliuose.

Mokslo medicinos reikalams peletrūnas beveik niekur nevartojamas. Jį retkarčiais n a u d o j a tik namų vaistui nuo galvos skaudėjimo, atsirandančio dėl virškinimo sutrikimo, nuo pilvo išpūtimo, nuo sauso kosulio ir „apsisaugoti nuo influencos“. Tam reikalui iš 1—2 arbatinių šaukštelių peletrūno žolės — 1 stiklinei vandens v e r d a m a a r b a t a, kuri geriama 1—3 kartus per dieną po 1 stiklinę.

Peletrūnas yra daugiametis augalas, kilęs iš Sibiro, bet dabar daug kur auginamas Vid. ir Piet. Europoje, ypač — Pran-

cūzijoje. Ten yra žinomos 2 kultūrinės peletrūno formos, pasižyminčios nevienodu kvapo stiprumu ir bent kiek skirtingu lapų spalvos žalumu.

Pas mus peletrūnas auga taip pat gerai, tik senesni kaip 3 metų kelmeliai šaltesnę žiemą gali iššalti.

Peletrūno stiebai kiekvieną pavasarį užauga nauji iki 1 m aukštumo; jie statūs, šakoti, pliki; lapai taip pat pliki, tamsiai žalios spalvos, linijiškai lancetinės formos.

Peletrūno krūmas ir greta—atskiras augalo lapelis

Peletrūnui auginti renkama derlinga, šilta žemė, vieta — saulėta, atokaitoje.

Pas mus peletrūno sėklos neprinoksta, bet ir iš svetur gautų daigių sėklų sudygę nauji egzemplioriai paprastai esti bent kiek skirtingi savo savybėmis, nuo jų motininių augalų. Dėl to geros rūšies peletrūną patariama veisti ne iš sėklų, bet vegetatyviniu būdu. Tam reikalui pavasarį yra skirstomi seni peletrūno krūmai arba jų nupiaustytoms šakelėms, sukaišiotoms į drėgnai laikomą upės smėlį, duodama įsišaknyti šiltnamyje prižiūrimuose puodeliuose.

Šitokiu ar kitokiu būdu paruošti veisliniai peletrūno diegai sodinami dirvoje apie 60 cm augalas nuo augalo. Vasarą peletrūnai dažnai laistomi ir prižiūrimi, kad aplink juos žemė būtų nuolat apydrėgnė, puri ir švari.

Vaistų ir prieskonių reikalams gerai paūgėjusi peletrūno žolė giedrią dieną piaunama, rišama mažais pundeliais ir džiovinama pagreitintu būdu natūralinėje džiovykloje, ne saulėje.

Tokį derlių antrais ir trečiais metais galima nuimti pas mus bent du kartus per vasarą. Iš 100 m² dirvos ploto gauna-

ma derliaus apie 30 kg sausos žolės. Žiemai lauke paliktus peletrūno krūmelius pravartu apdengti nukritusiais medžių lapais, kad jie neiššaltų, o po trijų—ketverių metų pavasarį senus kelmelius tenka paskirstyti ir persodinti į kitą vietą.

Peletrūno cheminė sudėtis tinkamai dar nenustatyta. Yra žinoma tik tas, kad peletrūno skonis ir kvapas priklauso nuo eterinio aliejaus, tam tikrų kartumynių medžiagų ir nuo savotiškų rauginių substancijų.

PETRAŽOLĖ

Petroselinum sativum Hoff.

Rus.: Петрушка
Latv.: Petersili
Lenk.: Pietruszka
Vok.: Petersilie
(Umbelliferae šeimos)

Petražolė vietomis vadinama ir „petruška“. Ji pas mus auginama kaip populiari prieskonio daržovė.

Petražolė yra dvimetis augalas. Jis Vidužemio jūrų apylinkėse kai kur užtinkamas savaime augantis ties šaltiniais, uolų plyšiuose.

Petražolės šaknis gelsvai balkšva, mėsinga, verpstiškos formos; stiebas antrais metais užauga apie 70 cm, jis status, nelabai šakotas, švelniai vagotas; lapai pražanginiai, blizgamai žalios spalvos, trigubai skiautėti; žiedeliai maži, žalsvai gelsvi; žiedynai dvigubi, paplokščia viršūne; pirmaeiliai skėteliai susideda iš 10—20 spindulių, o antraeiliai, mažieji skėteliai — iš 5—15 spindulių su 6—8 yliškos formos skraistelės neatlenktais lapeliais; vaisiai pailgai apskriti, bent kiek paplokšti, pirštuose trinami maloniai kvepia. Tuo jie greitai atskiriami nuo šiek tiek panašių, pas mus savaime augančių, nuodingų šunpetrės (Aethusa cynapium) ir nuo maudos (Conium maculatum) vaisių.

Vaistams gaminti yra vartojami petražolės vaisiai (Fructus Petroselini), lapai (Folia Petroselini) ir šaknys (Radix Petroselini). Jie visi organizmą beveik vienodai veikia, stipriai varydami šlapimą (Diuretica). Toks veikimas priklauso nuo visame petražolės augale esančio apiolio (Apiolum) ir eterinio aliejaus (Ol. Petroselini aethereum).

Petražolės vaisiai renkami visai prinokę. Jie džiovinami saulėje. Taip pat saulėje yra džiovinamos, skersai rutulėliais

Petražolė

supiaustytos šaknys, o petražolės lapai džiovinami gerai ventiliuojamoje patalpoje arba šildomos džiovyklos iki 35°C temperatūroje, bet ne saulėje.

Iš petražolės vaisių, lapų arba šaknų yra verdama arbata, kuri geriama po 1—2 valgomuosius šaukštus 6 kartus per dieną nuo vandens ligos, nuo pūslės ir šlapimo kanalo slogos (ypač sergant gonorėja), kaip tariamas aphrodisiacum, nuo palinkimo prie dispepsijos ir kt.

Vienai stiklinei tokios arbatos užvirti pagal pasirinkimą imama pusė arbatinio šaukštelio petražolės

vaisių, arba vienas (be kaupo) arbatinis šaukštelis smulkiai supiaustytų šaknų, arba 2 arbatiniai šaukšteliai lapų.

Kai kas geria 3 kartus per dieną petražolės eterinį aliejų po 3—5 lašus ant cukraus arba smulkiai sumaltų lapų miltelius po 0,5—2,0 g per dieną.

Didesnės petražolės vaistų dozos smarkiai veikia, sukeldamos skrandžio ir žarnų suerzinimą (Gastroenteritis), inkštų, jeknų uždegimą, gyvybei labai pavojingą išsimetimą ir kt.

Smulkiai į miltelius sutrinti petražolės vaisiai beriami į plaukus nuo utėlių.

Petražolėms auginti geriausiai tinka rudenį giliai išartas, prieš metus laiko gausiai raguočių mėšlu patręštas, apydrėgnis juodžemis su priemoliu. Mineralinių trąšų skiriama 100 m² dirvos plotui apie 20 kg 40% kalio druskos, apie 30 kg superio ir apie 20 kg amoniako salietros.

Petražolių yra keletas atmainų. Jos skiriasi tarp savęs nevienodu šaknų didumu ir lapų gausumu. Tiek šakninių, tiek ir lapinių atmainų esti dar ankstyvųjų ir vėlyvųjų atmainų. Be to, lapinės atmainos esti garbiniuotos ir paprastais lapais.

Petražolės, auginamos vaisiams, žiemai gali būti paliktos dirvoje, nes jos pakenčia šaltį iki —30°C. Lapinėms petražolių atmainoms reikia beveik dvigubai daugiau salietros nei anksčiau nurodyta, bet dirva gali būti ne taip giliai išarta, kaip šakninėms atmainoms. Visos petražolių atmainos sausrų metu gana gausiai laistomos.

Petražoles sėti geriausiai apsimoka 30 cm platumo eilutėmis, o augalą nuo augalo eilutėje palikti per 15 cm. Sėti reikia kiek galima anksčiau pavasarį. 200 m² dirvos ploteliui apsėti reikalinga 50 g petražolės vaisių, vadinamų sėklomis.

PIPIRNĖ, SĖJAMOJI

Lepidium sativum L.

Rus.: Жерuха
Latv.: Cietkērsas
Lenk.: Rzerzucha
Vok.: Gartenkresse
(Cruciferae šeimos)

Sėjamoji pipirnė ne retai Lietuvoje auginama daržuose prieskoniams. Ji tinka dėti į sriubas, padažus ir kt. valgius. Ji vietomis vadinama priemečžole, arba žežuku.

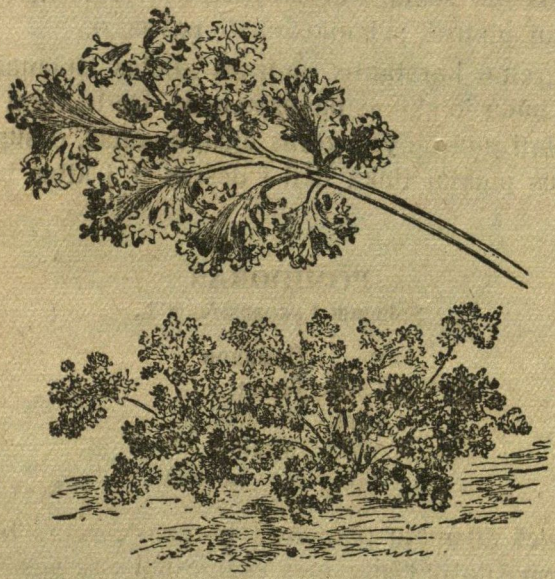
Jos kilmės tenka ieškoti Šiaur. Afrikoje, Rytų kraštuose ir Azijoje. Šis kultūrinis augalas buvo jau gerai žinomas egiptiečiams, etiopams, persams ir kt. senovės tautoms.

Sėjamoji pipirnė yra vienametė žolė, užauganti iki 30—50 cm. Jos lapeliai melsvai žalios spalvos, apatiniai — kotuoti, nelygiai skiautėtais kraštais, o viršutiniai — bekočiai, siauri; vainiklapiai balti, dukart ilgesni už taurėlapius; ankštarėlės — apvalios, ryškiai briaunuotos; sėklos rausvai rudos spalvos, 2 mm ilgumo, 1 mm platumo, 0,6—1,0 mm storumo; 1000 sėklų sveria 1,6—2,0 g, sudygsta po 1—3 dienų, savo daigumą išlaiko iki 3—4 metų laiko.

Visas augalas, ypač patrintas pirštais, gana stipriai ir maloniai kvepia. Taip pat yra malonus, gnaibus, apykarčiai salstantis jo skonis. Išdžiovinta pipirnės žolė nustoja savo natūralaus kvapo ir skonio. Todėl vaistų reikalui pipirnės žolė yra naudojama žalia salotų pavidalu arba, dar geriau, geriamos jos žalios sultys, išspaustos iš jaunos žolės. Tam reikalui žolė piaunama prieš žydėjimą, kada ji užauga vos apie 6 cm aukštumo. Nupiauta pipirnė sugrūdama į tolygią masę ne metalinėje, bet farforinėje, akmeninėje, stiklinėje arba bent medinėje grūstuvėje. Iš gautos masės per audeklą išspaudžiamos sultys, kurios geriamos rytais ir vakarais po 20—100 g kaskart nuo skorbuto, nuo vandeninės ligos, nuo organų (ypač — virškinimo organų) glebumo (Atonia) ir kt. ligų.

Pipirnės žalios sultys gali būti geriamos su ką tik pamelžtu, šiltu pienu, grietinėle arba lygiomis dalimis sumaišytos su medumi bei su geru, baltu vynu.

Norint sulčių atsargą turėti žiemai, reikia sultis supilti į 100—500 cm^3 talpumo stiklinius indelius, kurie gerai užkemšami, sterilizuojami vieną valandą 60°C temperatūroje, paskui



Pipirnė garbinuotais lapais

sausi kamščiai užvaškuojami ir gulsti indeliai laikomi tamsiame, vėsiame rūsyje.

Sėjamosioms pipirnėms auginti tinka bet kokia ne per sausa, švari, derlinga daržo ir net lauko žemė.

Pipirnės sėjamos ne per tankiai 10—15 cm platumo eilutėmis. Vieno aro (100 m^2) ploteliui apsėti reikia apie 70 g sėklų. Kadangi pipirnės palyginti labai greitai pradeda žydėti, o jų žolės derlius vaistams arba prieskoniams yra piaunamas prieš žydint, šitą augalą tenka sėti bent keliuose sklypeliuose su keturiolikos dienų protarpiais. Tuo būdu pirmosios žolės

ir atolo derliaus galima turėti be pertraukos visą vasarą. Be to, sėjamąsias pipirnes sėkmingai galima auginti ištisus metus šiltnamiuose, šiltadaržiuose ir kambaryje prižiūrimose dėžutėse. Tokiam auginimui geriausiai tinka pipirnės „gelsvoji anglų“ atmaina.

Sėjamąją pipirnę taip pat sėkmingai galima auginti didesniais kiekiais dėl sėklų, kuriose yra apie 56% gero aliejaus. Tam reikalui pipirnė sėjama anksti pavasarį.

Gana greitai karstantis pipirnės aliejus išplaunamas vandeniu. Tuo būdu jo skonis pagerinamas. Be to, ilgai iki vėlyvo rudens žydinti pipirnė yra geras bičių augalas, o sugrūstos pipirnės sėklos puikiai tinka dėti į dešras ir į kitus baltyminius valgius.

POMIDORAS

Solanum Lycopersicum L.

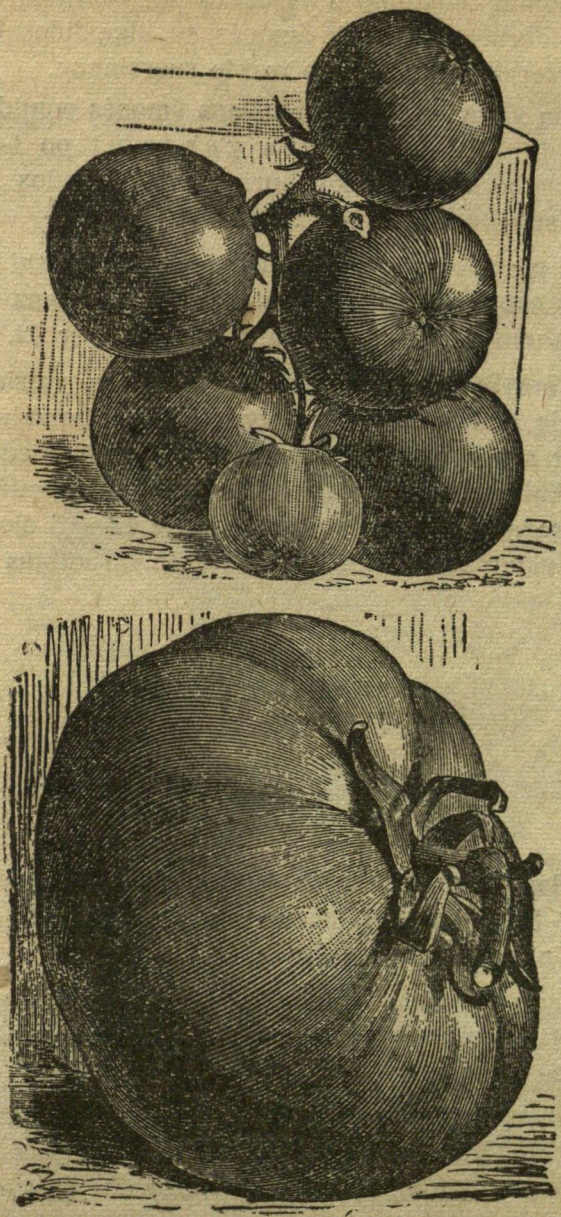
Rus.: **Помидор**
Latv.: Tomāti
Lenk.: Pomidor
Vok.: Tomate
(Solanaceae šeimos)

Dar prieš 50 metų pomidorą Lietuvoje retas buvo matęs, o šiandien su šita daržove mes esame jau tiek susigyvenę, jog net nuostabu pomidorą laikyti atėjūnu iš tolimo Peru krašto.

Šiais laikais auginamų pomidorų yra daug įvairių atmainų. Jos pasižymi daugiau ar mažiau skirtingomis vaisių formomis, jų spalva ir pačių augalų ne visai vienodomis savybėmis.

Ne mokslo, bet grynai sodiečių gydymosi reikalui beveik visos, o — ypač raudonais vaisiais pomidorų formos yra vienodai vartojamos.

Prinokusiuose pomidorų vaisiuose yra apsčiai vitamino C, truputys augimo vitamino B_3, bent kiek saponinų, solanino, obuolinės ir vynuoginės rūgšties, baltyminių ir dervingų medžiagų, cukraus, krakmolo, riebiojo alieiaus, pigmentinių medžiagų ir kt.



Pomidoro vaisių kekė ir atskiras vaisius

Dėl saponinų, solanino ir iš dalies dėl dervingų medžiagų buvimo pomidoruose kai kurie žmonės, suvalgę didesnį šitų vaisių kiekį, suserga virškinamojo trakto suerzinimu.

Normalių vidurių ir jauno amžiaus žmonės pomidorus valgydami bei jų žalias sultis gerdami po 1—6 stiklines per dieną gydosi nuo kai kurių kraujo ir odos ligų, pvz. nuo įvairių spuogų veide, nuo „šunvočių“ ir kt.

Iš žalių pomidorų lapų išspaustomis sultimis kai kas mazgoja kiaules nuo raudonligės, tepa įvairius sutinimus su skausmingu, paraudusiu odos paviršiaus uždegimu ir kt.

Be to, kai kas iš neprinokusių pomidorų vaisių gamina skystą tepalą įvairiems šašams gydyti. Tam reikalui dar neprinokę, bet sveiki pomidoro vaisiai nuskinami giedrią dieną, sudedami į balto stiklo indą, užpilami kuriuo nors nedžiūstančiu, pvz. saulėgrąžų aliejumi, išstatomi saulėje 12—15 dienų, vėliau aliejus nusunkiamas ir laikomas atsargoje šašuotoms žaizdoms tepti.

PORAS

Allium Porrum L.

Rus.: Порей
Lenk.: Por
Vok.: Porre
(Liliaceae šeimos)

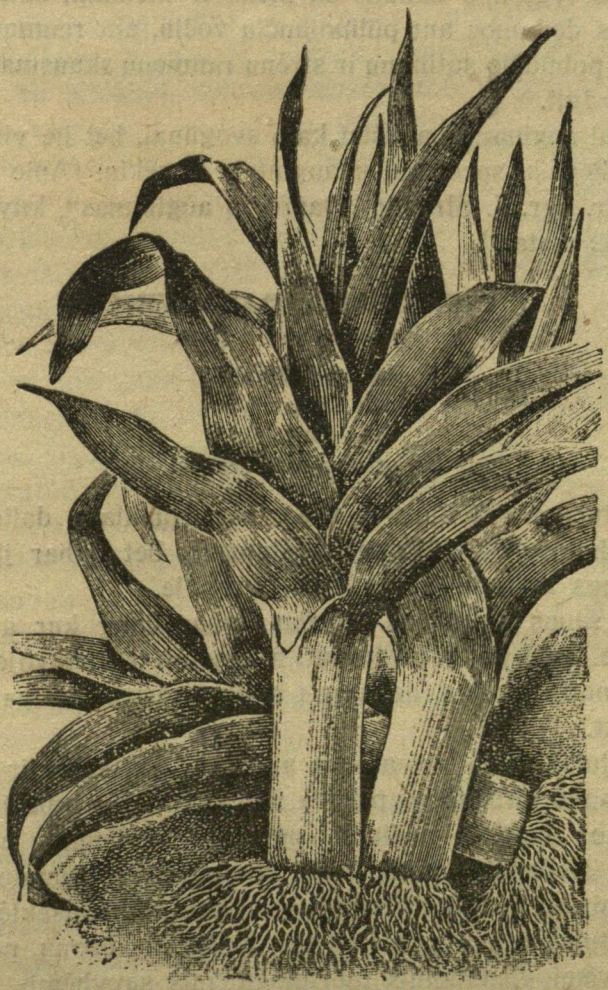
Porų daugiausia užaugina ir suvartoja Lietuvoje miestų gyventojai. Prieš karą sodžiuose taip pat jau nemaža užaugindavo šitos prieskoninės daržovės.

Poras yra dvimetis augalas, savaime augąs Piet. Europoje. Jo lapai plačiai linijiški, paplokšti, pilkšvai žalios spalvos, užauga apie 60 cm.

Poras savo prigimtimi ir taikymo atžvilgiu turi daug ką bendro su svogūnu, bet jų lapai ir apatinės augalų dalys skiriasi. Poras apatinėje savo dalyje neturi tikrojo svogūno formos sustorėjimo, bet vietoje jo yra vadinamasis tariamasis

stiebas. Jis yra apskritas, sultingas, baltos spalvos, viduje gleivingas ir susideda iš vamzdiškai susisukusių lapų makščių.

Visas poro augalas būdingai kvepia tikrąjį svogūną primenančiu kvapu. Taip pat ir jo skonis panašus į svogūno skonį, bet už pastarąjį jis yra daug švelnesnis ir malonesnis. Todėl virtuvės reikalams porai yra beveik vienodai vartojami su svogūnais.



Porai

Porų yra keletas atmainų, pasižyminčių nevienodu brendimo laikotarpiu, skoniu, derlingumu ir kt. savybėmis.

Grynai liaudies vaistų reikalams visos porų atmainos yra vienodai v a r t o j a m o s. Tam reikalui imamos vien tik požeminės, baltosios žalių (nedžiovintų) porų dalys, be šaknų. Jos supiaustomos, sugrūdamos į tyrės konsistencijos masę, sumaišomos lygiomis dalimis su pienu ir medumi, šutinamos ir dar šiltos dedamos ant pūliuojančių vočių, ant reumatinio, podagrinio pobūdžio sutinimų ir strėnų raumenų skausmams (lumbago) gydyti.

Porai auginami panašiai kaip svogūnai, bet jie visados sodinami diegais, specialiai užaugintais iš sėklų. (Apie porų auginimą žr. agr. J. Strazdo „Daržovių auginimas", knygoje Vilnius, 1942 metais).

PORTULAKA, DARŽOVINĖ

Portulaca sativa Haw.

Rus.: Портулак
Lenk.: Portulak
Vok.: Portulak
(Portulacaceae šeimos)

Portulaka yra kilus iš vakarinės Himalajų dalies, kur ji auga kalnuose iki 2000 m aukštumose, bet dabar ji yra jau išsiplatinus Indijoje ir net Piet. Europoje.

Šis senas kultūrinis augalas dabar daug kur auginamas daržuose. Taip pat ji po truputį auginama ir Lietuvoje kaip salotų, špinatų augalas, dedama į sriubas, marinuojama acte žiemai ir kt.

Portulaka yra vienametis augalas. Jos stiebelis gulsčias; šakelės savo viršūnėmis pakyla nuo žemės vos apie 10—15 cm aukštumo; lapeliai nedideli, paprasti, priešiniai, bukagaliai, sultingi; žiedeliai geltoni, maži, popietinėmis valandomis užsidarę; vaisinė dėžutė skersai atsivožianti, daugiasėklė.

Portulakos yra apie ketvertą kultūrinių formų, pasižyminčių ne visai vienodomis morfologinėmis savybėmis ir skonio atžvilgiu.

Grynai tiktai liaudies gydymosi ir iš dalies homeopatijos reikalams yra vienodai vartojamos visos daržovinės portulakos formos. Jų cheminė sudėtis dar ne visai ištirta. Tuo tarpu žinoma, kad žaliuose lapeliuose yra vandens iki 92%, apie 2% beazotinių ir apie tiek pat azotinių, apie 0,4% riebalinių medžiagų, apie 1,5% mineralinių junginių ir kt.

Vaistams yra vartojami vien žali portulakos lapeliai bei iš jų išspaustos sultys. Lapeliai skinami, kada jie yra sultingiausi, sutrinami į tyrelės konsistencijos masę, sumaišomi su aliejumi, sviestu, tepami ant duonos ir valgomi, kaip špinatai nuo kartėlio, nuo nemigo, nuo perdėto lytinio susijaudinimo, kaip kraują valąs vaistas ir kt. Be to, kai kas į tyrelę sutrintos portulakos lapus deda prie skaudančių nuospaudų.

Portulakos žydinti viršūnė

Augdama portulaka visai nepakenčia žemos oro temperatūros.

Dėl to portulaka pas mus sėjama po atviru dangumi tik birželio mėn. arba auginama šiltadaržiuose. Norint be pertraukos turėti valgiui arba vaistams žalių lapų, portulaka sėjama kas 3—4 savaitės, nes po tiek laiko gerose sąlygose ji jau tinka naudoti.

Vienam kvadratiniam metrui apsėti reikia 0,5 g sėklų. Jos sėjamos pakrikai ir neužžeriamos, bet tik prispaudžiamos lentute.

Šiltadaržiuose auginamos portulakos turi būti stropiai vėdinamos, nes jos yra linkusios greitai pūti. Lysvėse auginamoms portulakoms žemė taikoma lengva, derlinga, be piktžolių. Šviežio patręšimo gyvulių mėšlu portulakos nepakenčia.

Portulakų žolės derlių nupiovus, likusius kelmelius gera apsijoti apie 1 cm storumo geros kompostinės žemės sluoksniu ir palaistyti pro smulkų sietelį. Tada po 10—12 dienų suželia

vėl piauti tinkamas atolas. Portulakos sėklos yra labai mažos, tamsiai pilkos spalvos, jos savo daigumą išlaiko 3—4 metus. 1000 portulakos sėklų sveria 0,4—0,5 g, jos dygsta pakankamoje drėgmėje ir temperatūroje tarp 20°—30°C.

PUPA

Vicia Faba L.

Rus.: Боб
Latv.: Pupas
Lenk.: Bób
Vok.: Feld-Bohne
(Leguminosae šeimos)

Ne tiktai daržuose, bet ne po daug ir laukuose pupos jau nuo seniai auginamos Lietuvoje. Pupų didelį populiarumą rodo dažnai pas mus girdimi maloniniai daiktavardžiai vaikams vadinti, pvz. „p u p a!, p u p y t e!“, bejėgiams seneliams apibūdinti — „i š p u p ų n e v a r o m a s“, plačiai žinomas „p u p ų d ė d ė s“ pavadinimas ir kt.

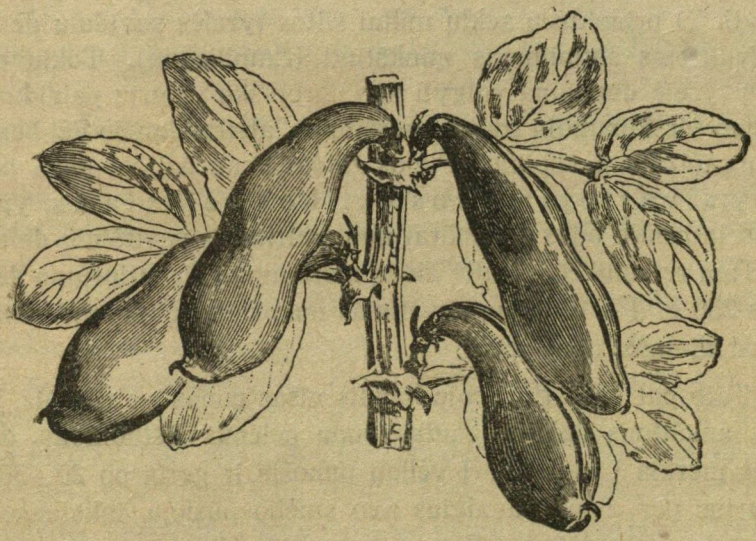
Pupos auginamos pas mus daržuose „vasarą vaikams pasiskinti“, o laukuose sėjamos maistui ir pašarui. Ypač didžiai svarbų vaidmenį vaidina pupos. Jos kai kur Lietuvoje, ypač Vilniaus krašte šutinamos, nesunkiamos, dar karštos pasūdomos, prametamos aliejumi ir šiltos valgomos, užgeriant namine gira, arba r a u g i e n e, t. y. tam tikru būdu iš rupių ruginių miltų s a l y n o pagaminta apytirštė, salstančiai rūgšti gira.

Apie tai, kad pupos vaistams taip pat tinka, Lietuvoje dar maža kas žino. Pupų vaistais kažkodėl daugiau gydosi liaudis Prancūzijoje ir kituose Vakarų Europos kraštuose.

Pupos tėvynės ieškoma Kaspijos jūros apylinkėje.

Pas mus pupa yra auginama kaip grynai kultūrinis, vienametis augalas, užaugąs apie 1 m. Jos stiebas tuščiaviduris, aštriai keturbriaunis, status, linkęs šakotis; lapai — pražanginiai, jie susideda iš 1—3 lapelių porų ir baigiasi viršūnėje žoliniu,

nesusisukusiu, ylos formos ūseliu; žiedai balti su juodu tašku burelėje; taurelė penkiadantė, kurios 3 apatiniai danteliai yra žymiai ilgesni už 2 viršutinius; ankštis trumpais plaukeliais apaugus, ji prinokus diržinga, juoda, turi savyje 1—5 netaisyklingai apskritas, paplokščias, geltonai baltos spalvos sėklas. Didžiosios pupų atmainos 100 sėklų sveria 110—250 g.



Nenuskinti pupos vaisiai

Joms dygti žemiausia temperatūra yra reikalinga 4°C, pati geroji turi būti +25°C, o maksimalinė +30°C, t. y. — pupos geriausiai dygsta 25°C temperatūroje, o žemiau kaip 4°C ir aukščiau kaip 30°C visai nedygsta. Pupos sėklos savo daigumą išlaiko 5 metus.

Pupų yra apie 6 kultūrines atmainas, pasižyminčias nevienodu stiebo aukštumu, ankščių didumu, sėklų forma ir jų savybėmis. Vaistams liaudis vienodai vartoja visas pupų atmainas. Pupose yra apie 22% baltymų, 1,9% nukleino, 0,8% leci-

tino, 0,04% cholesterino, 1,26% gliceridų ir laisvųjų riebalinių rūgščių, kalio, natrio, magnio, chloro, sieros junginių ir daug kitų.

Vaistų reikalui yra vartojamos pupų sėklos, atskirai — žiedai, lapai, stiebai ir ankštys. Pvz. dar neprinokusi atskirta pupos sėklos skiltelė, jos vidinė, paplokščia pusė prispaudžiama prie paviršinių, mažesnių odos sužeidimų kraujui sulaikyti. O prinokusių sėklų miltai šiltos tyrelės pavidalu dedami įvairiems sutinimams minkštinti (Emollientia). Tokių pat miltų tyrelė duodama valgyti nuo chroniško vidurių palaidumo bei nuo virškinamojo trakto suerzinimo, atsirandančio dėl bendro organizmo nusilpimo. Pupos žiedai Prancūzijoje gana plačiai yra vartojami kosmetikos reikalams, ypač veido ir rankų odos priežiūrai nuo įvairių jos paviršinių defektų. Tam reikalui 50 g žalių žiedų merkiama į 30° stiprumo degtinės 250 g. Po 10 dienų skystimas nukošiamas, išspaudžiamas ir vartojamas odai trinti.

Taip pat Vak. Europoje liaudis visas pupas su stiebais, lapais, ankštimis degina, gautus pupų pelenus aštuonioms dienoms merkia į vyną, kurį vėliau nukošia ir geria po 20—30 g 3 kartus per dieną pavalgius nuo smėlio pūslėje, inkstuose ir nuo strėnų skaudėjimo. Tam reikalui vynas imamas geras, baltas. Į 1 litrą vyno dedama pelenų 60—120 g.

Pupas auginti Lietuvoje žmonės gerai moka. Reikia tik atsiminti, kad pupos geriau uždera apysunkėje, priemolingoje negu smėlingoje dirvoje. Be to, pravartu atsiminti, kad pupos geriau už kitus tos pačios šeimos augalus pakelia žemesnę temperatūrą ir trešimą gyvulių mėšlu. Bet visgi geriau yra ir joms gyvulių mėšlą dėti rudenį negu pavasarį.

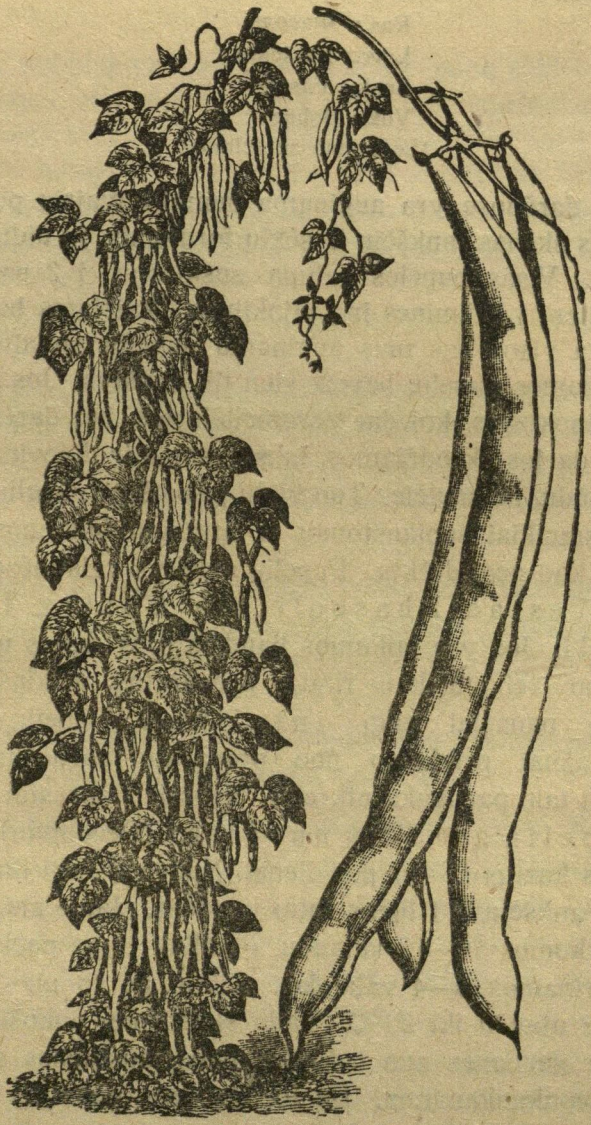
Pupos yra sėjamos 30—50 cm platumo eilutėmis gana giliai (apie 6—10 cm gilumo). Dygimo pradžioje jos yra akėjamos ir prieš žydint kaupiamos. Plačiau apie pupų auginimą žr. agr. J. Strazdo „Daržovių auginimą".

PUPELĖ, DARŽINĖ

Phaseolus vulgaris L.

Rus.: Фасоль
Latv.: Kāršpupas
Lenk.: Fasola
Vok.: Bohne
(Leguminosae šeimos)

Mūsų daržuose yra auginama nemaža įvairių pupelių atmainų. Jos skiriasi ankščių ir sėklų formomis, jų didumu, skoniu ir t. t. Visas pupeles galima suskirstyti į 2 pagrindines grupes, būtent į krūmines ir į vijoklines. Vaistams beveik vienodai tinka visos pas mus auginamų pupelių atmainos. Tam reikalui imamos pupelių beveik vien tik ankštys. Jos skinamos nevisai prinokusios, kol dar nesumedėjusios, bet dar sultingos, žalios. Tada jos skrodžiamos, lukštenamos ir džiovinamos pagreitintu būdu, ne saulėje. Tuo būdu paruoštos pupelių ankštys be sėklų smulkiai supiaustomos ir atsargai laikomos sausoje patalpoje, kad neatidrėktų. Pupelių ankštys vaistinėse yra vadinamos Testae Phaseoli arba Cortex fructus Phaseoli. Jos yra laikomos liaudies ir iš dalies net mokslo medicinos reikalui kaip rimtas preparatas, veikiąs sergantį organizmą panašiai kaip insulinas. Pupelių veikimo efektas dažnai priklauso nuo preparato paruošimo būdo. Dėl to į tai taip pat tenka atkreipti dėmesį. Paprastai geriamas pupelių ankščių nuoviras (Decoctum) po 150—200 g kelis kartus (2—6) per dieną. Nuovirui virti imama apie 50—250 g ankščių ir 1 litras šalto vandens. Jame ankštys pradžioje mirkomos 10—12 valandų, o vėliau tame pačiame vandenyje virinamos 3—4 valandas. Tiktai po to nuovirui duodama lėtai ataušti iki 20°C. Tada skystimas nukošiamas per audeklą ir geriamas nuo cukrinės ligos, susijusios su širdies veikimo nepakankamumu. Be to, tas pats nuoviras geriamas nuo pleurito (Pleuritis exudativa), nuo reumato, nuo išijo, nuo padidinto rūgštingumo skrandyje ir kt.



Vijoklinės pupelės

Nuoviras turi būti visados šviežias ir geriamas tik tą pačią dieną išvirtas. Blogai perkoštas, su ankščių nuotrupomis nuoviras erzina virškinimą ir vaistas neduoda laukiamų padarinių.

Pupelių ankščių veikimas yra pagrįstas tam tikrų, dar maža ištirtų substancijų buvimu ankštyse. Iš jų svarbiausi yra laikomi šie: Paraphysosterinum, Phasealinum, Phasolinum, Argininum, kai kurie flavonai ir kt.

Krūminės pupelės

Be ankščių, vaistams vartojamos džiovintos pupelių sėklos. Pirmiausia sėklos sumalamos, persijojamos pro smulkų šilkinį sietą. Tokiais pupelių milteliais yra barstomos drėgnos ir niežtinčios dedervinės.

Pupelėms auginti renkama gerai išdirbta, be piktžolių, derlinga, sausa žemė. Priesmėlis su moliu, su kalkėmis joms yra geriausia dirva. Tokioje dirvoje pupeles galima sėti bent kelis metus be sėjomainos. Vidutiniško derlingumo pupelių dirvai trešti mineralinėmis trąšomis imama 1 m^2 apie 3 g salietros, 8 g kalio druskos ir 6 g zuperio. Vijoklinėms atmainoms labai gerai tinka išsistovėjęs išviečių mėšlas, dirvon vežamas rudenį.

Pupeles auginant reikia atsiminti, kad jos yra labai jautrios žemesnei temperatūrai, nes nuo —1°C šalnos pupelių jauni diegai jau nepataisomai iššąla.

RABARBARAS, DARŽOVINIS

Rheum undulatum L.

Rus.: Ревень
Latv.: Rabarberes
Lenk.: Rabarber
Vok.: Rhabarber
(Polygonaceae šeimos)

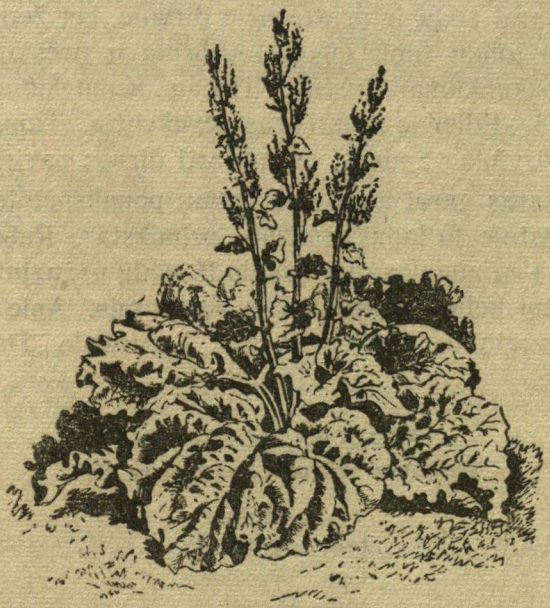
Pradžioje žmogus susipažino su rabarbaru ne kaip su valgomu, bet kaip su vaistiniu augalu. Tik žymiai vėliau buvo sužinota, kad šito augalo, kilusio iš tolimųjų Rytų kraštų, esama daug įvairių rūšių bei atmainų ir kad kai kurios jų gerai tinka valgyti.

Čia aprašomas daržovinis rabarbaras atkeliavo iš Azijos į Europą per Prancūziją tik 1732 metais. Dabar jis ir kitos artimos kultūrinės atmainos yra gana plačiai auginamos ne tik Vid. ir Piet. Europoje, bet ir Lietuvoje.

Daržovinis rabarbaras yra visur auginamas dėl jo valgomųjų lapkočių. O vaistų reikalui visur yra vartojami visų rabarbarų vien šakniastiebiai. Visų rabarbarų rūšių preparatai laisvina vidurius (Purgans) ir žadina virškinimą (Stomachica). Tokiam reikalui rabarbaro rūšių reikšmė yra ta, kad kai kurios jų vidurius veikia žymiai energingiau už kitas rūšis. Dėl to daržovinio rabarbaro šakniastiebiai ne vieno vartojami vaistams tik 4—8 kartus didesnėmis dozomis, lyginant jas su vaistinio rabarbaro (Rheum palmatum L.) dozomis.

Vaistų reikalui daržovinio rabarbaro šakniastiebiai kasami paprastai trejų metų. Jie kasami rudenį, kada lapai nuvysta. Iškasti šakniastiebiai švariai nuskutami, išilgai suskaldomi, suvarstomi ant siūlų ir džiovinami 35—40°C temperatūroje. Išdžiūvę šakniastiebiai yra rudai gelsvos spalvos, bent kiek trau-

kiančio, apykarčio skonio, kietos konsistencijos. Jie turi būti laikomi sausoje vietoje, kad nesugestų. Daržovinio rabarbaro šakniastiebiai vaistinėse yra vadinami Rhizoma Rhei undulati. Iš vaistinio rabarbaro šakniastiebio vaistinėse yra gaminama daug įvairių preparatų, pvz. Tinctura, Extractum, Vinum, Sirupus Rhei ir kt. Tokius pat preparatus galima ga-



Rabarbaro žydintis augalas

minti ir iš daržovinio rabarbaro, bet, žinoma, jie atitinkamai silpniau veiks.

Žmonės paprastai vartoja daržovinio rabarbaro šakniastiebius, smulkiai sumaltus į miltelius. Juos geria po 0,4—1,0 g palaidiems viduriams tvarkyti arba — po 2,0—10,0 g prieš gulant kaip vaistą užkietėjusiems viduriams laisvinti. Be to, visai mažais kiekiais (po 0,1—0,5 g) žmonės geria daržovinio rabarbaro šakniastiebių miltelius nuo žarnų slogos, nuo akmenų įeknose, tulžyje ir kt.

Pastaba. Žmonėms, sergantiems hemorojumi, pūslės sloga ir podagra, rabarbaro preparatus vartoti netinka.

Iš rabarbaro cheminės sudėties dalių svarbiausią vaidmenį vaidina terapijoje antrachinonai, ypač jų grupė — Rheopurgarinai ir tam tikros tanidinės medžiagos, vadinamos tannogliukozidais. Pirmos jų vidurius laisvina, o antros — tvarko arba net juos sulaiko, kiėtina.

Rabarbarai auga ir prastesnėje dirvoje, bet žemė turi būti kiek galima giliau (apie 60 cm) išdirbta ir įtręšta. Be to, ji turi būti pakankamai drėgna. Tačiau nenutekamo vandens ilgiau kaip 3—4 dienas rabarbaras nepakenčia. Taip pat jis nemėgsta podirvinio vandens, esamo arti dirvos paviršiaus.

Rabarbaras gerai auga net pusiau paunksnėtoje vietoje, o saulėtoje vietoje jo lapai greičiau „prinoksta". Rabarbarai sodinami per 1 m augalas nuo augalo iš sėklų užaugintais diegais arba — senų kelmų išpiaustytais pumpurais. Apie daržovinio rabarbaro auginimą plačiau žr. agr. J. Strazdo „Daržovių auginimą".

RIDIKAS, JUODASIS

Raphanus sativus L. var. nigra Mill.

Rus.: Редька
Latv.: Rutks
Lenk.: Rzodkiew
Vok.: Rettich
(Cruciferae šeimos)

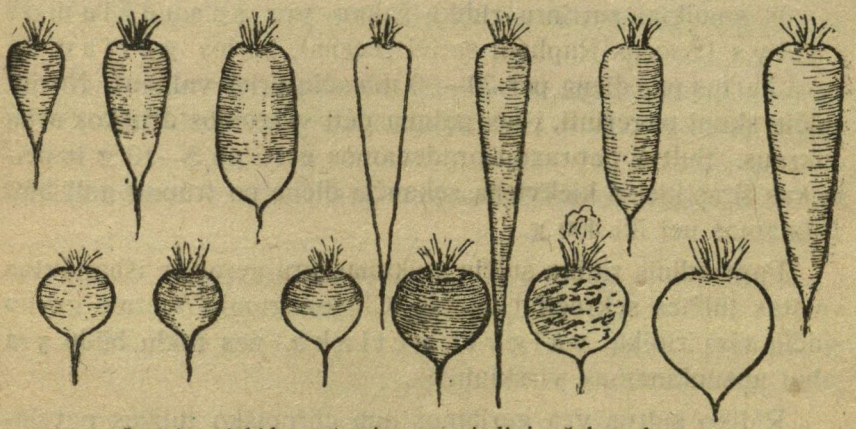
Ridikų yra daug įvairių atmainų, pasižyminčių šaknų spalva, jų forma, didumu, skonio stiprumu ir kt. Vienų šaknys baltos, kitų — tamsiai arba šviesiai raudonos, violetinės, juodos, bet visų ridikų šaknys viduje yra baltos arba rausvai baltos spalvos. Šaknų formos atžvilgiu ridikai esti stambiašakniai, sverią apie 500 g, smulkiašakniai, sverią apie 100 g, ilgašakniai, apskritieji, ropiškieji.

Prie ridikų priklauso taip pat ir ridikėliai. Jų irgi yra daug įvairių atmainų ir formų. Didumo atžvilgiu atskirų atmai-

nų ridikėliai sveria 2,6—12,7 g. Auginimo atžvilgiu kai kurios ridikėlių ir ridikų atmainos tinka vien tiktai šiltadaržiams, nes po atviru dangumi jos greitai sumedėja.

Vaistų reikalui gerai tinka visos kultūrinių valgomųjų ridikų ir ridikėlių atmainos. Iš kiekvienos atmainos pagaminti vaistai žmogaus organizmą veikia panašiai, bet toli gražu ne vienodu stiprumu.

Visų ridikų ir ridikėlių tipiškas atstovas vaistams gaminti yra juodasis ridikas. Jis Lietuvos žmonėms yra gerai žinomas daržų augalas, duodąs nors „piktas", bet skanias užkandžiui



Įvairių ridikų atmainų pagrindinės šaknų formos

šaknis. Tinkamai paruoštos jos mielai valgomos pas mus ne tik suaugusiųjų, bet ir vaikų, kurie kitų „aštraus" skonio valgių paprastai vengia. Ridikų visai pagrįstą populiarumą Lietuvoje mes dažnai girdime posakyje „sveikas kaip ridikas".

Ridikas yra dvimetis, grynai kultūrinis augalas. Jis tik retkarčiais kai kur užtinkamas sulaukėjęs.

Ridiko šaknis yra stora, mėsinga, sultinga, viduje balta, o paviršius — juodas arba kai kada — pilkai tamsios arba pilkai balkšvos spalvos. Antrais metais ridiko stiebas esti apie 1 m aukštumo, status, šakotas, tuščiaviduris, ties lapais turi išmėtytus, šiurkščius plaukelius. Viršutiniai lapai paprasti, o

apatiniai — skiautėti, nelygiai dantytais kraštais. Žiedai balti, išblukusiai violetiškai arba geltonai gyslotais vainiklapiais; taurėlapiai — statūs; ankštaros apie 5 cm ilgumo, iki 1 cm storumo, apvalios, išvadžiai įsmaigytos, bet skersai nesutrūkstančios, kaip svėrės ankštaros.

Vaistams gaminti yra vartojamos tik žalios ridiko šaknys. Jų cheminė sudėtis pasižymi labai įvairių substancijų turtingumu, pvz. tam tikras gliukozidas, kuris suskyla į eterinį aliejų ir kt., diastaza, amilaza, organinė siera, pentoza, allil-butilinis aliejus ir daug kt.

Iš smulkiai sutrintų ridikų šaknų yra spaudžiamos sultys (Succus Raphani sativi recens), kurios geriamos 1—3 kartus per dieną per 20—30 minučių prieš valgant. Norint sulčių skonį pagerinti, į jas galima dėti valgomos druskos arba cukraus. Sultys paprastai pradedamos gerti po 5—10 g ir prireikus šitas kiekis kiekvieną sekančią dieną po truputį gali būti didinamas net iki 400 g.

Pagrindinis ridiko sulčių veikimas yra geras ir išbandytas vaistas tulžies sekrecijai varyti (Chologogum). Vietoje grynų sulčių visą ridiką valgyti netinka, nes tokiu būdu yra labai apsunkinamas virškinimas.

Ridiko sultys yra geriamos nuo chroniško tulžies patvinkimo, jos uždegimo (Cholocystitis), nuo geltligės, nuo žarnų slogos, nuo sauso kosulio, nuo išbėrimų (Pemphigus), nuo neuralginių galvos skausmų, nuo nemigo ir nuo skorbuto.

Ridiko sultys taip pat gerai dera išoriniam gydymui. Tatai paprastas, bet geras odai jaudinti (Rubefaciens) preparatas. Tam reikalui iš ridiko sulčių yra klojami pavilgai (kompresai) nuo podagros, išijo, reumato ir nuo panašių skausmų bei sutinimų. Be to, ridikas puikiai tinka prieskoniu, priešvalgiu ir dietiniams valgiams.

Kai kas nepataria ridiko sultis gerti žmonėms, turintiems skrandyje atvirą opą, bet yra nuomonių net ir su tuo ne visai sutinkančių.

Nors ridikus visi mokame gerai auginti, bet vis tik pravartu yra atsiminti, kad šviežiu gyvulių mėšlu patręštoje dirvoje užaugę ridikai linkę greitai kirmyti, o per sausoje ir kietoje žemėje augdami jie greitai metasi į žieduolius, jų šaknys sumedėja ir nebe tokios sultingos.

Vaistų reikalui geriausiai tinka vadinamieji Paryžiaus žieminiai (ilgašakniai) ir apskritašakniai juodieji žieminiai.

Ridikai turi būti auginami labai gerai ir giliai išdirbtoje, prieš metus laiko labai įtręštoje, per daug neišdžiūstančioje daržo žemėje. Sėti geriausia yra ne per anksti, bet apie liepos mėn. pradžią. Ridikai sėjami ne per tankiai ir retinami taip, kad ridikas nuo ridiko augtų per 25—30 cm. Ridikais apsėtas lysves labai gera yra lygiai apiberti 2—3 cm storumo geros kompostinės bei lapinės žemės sluoksniu. Be to, stropiai prižiūrima, kad jaunų ridikų lysvės neapželtų piktžolėmis.

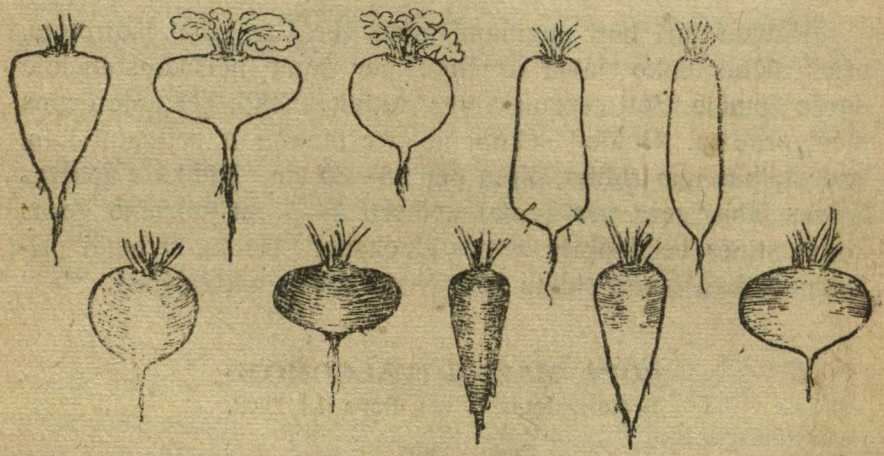
ROPĖ, MAŽOJI (VALGOMOJI)

Brassica Rapa L. var. Rapa (L) Thell.

Rus.: Pena
Latv.: Rāceni
Lenk.: Rzepa
Vok.: Speiserübe
(Cruciferae šeimos)

Lietuvos farmaceininkams, dirbantiems vaistinėje, gana dažnai tenka išgirsti iš kaimo moterėlių, kad ropės sėklos esąs geras vaistas per anksti išnykusiam tymų išbėrimui grąžinti. Šitų vaistų žmonės reikalauja ne tik Lietuvoje, bet taip pat daug kur TSRS ir Lenkijoje. Kadangi toks vaistas berods niekur kitur Europoje nevartojamas, manoma, kad ropių sėklų vaistinis populiarumas eina iš slavų kraštų. Bet pasiteiravus Bulgarijoje, grynai slavų šalyje, man teko ten sužinoti iš gero vaistinių augalų žinovo, kad jis apie ropių sėklų naudojimą vaistams negirdėjęs savo tėvynėje.

Ropių yra daugybė įvairių porūšių, atmainų ir formų. Jos skiriasi savo šaknų forma, jų žievės ir mėsos spalva bei skoniu, vegetacijos laikotarpiu ir kt. Kai kurie ropių porūšiai yra auginami vien tik pašarui, kiti — aliejui iš jų sėklų gaminti, o dar kiti — kaip puiki valgomoji daržovė. Daržovinės ropės taip pat turi daugybę aukščiau minėtomis savybėmis skirtingų atmainų, bet vaistų reikalui jos visos vienodai tinka.



Įvairių ropių atmainų pagrindinės šaknų formos

Aplamai imant, botanišku atžvilgiu valgomoji ropė yra dvimetis augalas gana trumpo vegetacijos laikotarpio, nes nuo sėklų pasėjimo iki valgyti tinkamų šaknų susiformavimo užtenka nuo 6 iki 18 savaičių laiko, o iki naujų sėklų prinokimo 46—52 savaičių. Savo augimui ropė palyginti ne per daugiausia reikalauja šilumos. Pvz. bulvei reikia 1300—3000°C, miežiui 1700—2200°C, o ropei užtenka visam jos vegetacijos laikotarpiui 1400—1600°C laipsnių šilumos.

Ropės sėklos yra 1,2—2,0 mm didumo. Jų 1000 vienetų sveria 1,5—3,3 g. Vandeniu sudrėkintos ropių sėklos nesigleivija paviršiuje. Tuo jos, be kita ko, greitai atskiriamos nuo gana panašių kopūstų sėklų.

Žalios, sugumbėjusios ropių šaknys turi:	Iki %	Vidutiniškai %
Vandens	95,3	90,7
Proteinų	2,3	1,1
Riebalinių medžiagų	0,3	0,2
Beazotinių ekstraktyvinių medžiagų	10,1	6,1
Celiuliozos	2,0	1,1
Mineralinių druskų pelenų pavidalu	1,5	0,8

Kaip žinome iš praktikos, suvalgytos žalių ropių šaknys gana greitai apsunkina virškinimą, bet kai kurios karstelėjusio skonio atmainos tuo mažiau pasižymi.

Vaistų reikalui ropių sėklos smulkiai sutrinamos ir po 0,5 arbatinio šaukštelio kas 2 valandos duodamos išgerti vaikams, sergantiems tymais arba kitokia karščiuojančia ir kūno išbėrimu pasižyminčia liga. Šitie vaistai yra geriami vien pilnesniam išbėrimui arba, kai jis per anksti išnyksta. Vaistai geriau veikia tada, kai jie išgeriami ne su paprastu vandeniu, bet su šilta šeivamedžių žiedų (Flores Sambuci nigri) arbata, išvirta iš 2 arbatinių šaukštelių žiedų 1 stiklinėje vandens. Be to, žmonės naudoja vaistams žalias ropių šaknų sultis ir nuluptą žievę atskirai. Sultimis tepa mažų vaikų burną nuo „grybelio“ ligos, skaudančius smegenis, dantims besikalant ir aplamai skalauja burną nuo įvairių jos suerzinimų bei žaizdų burnoje. Jei žaizdos plečiasi burnoje gerklės link, šitų sulčių duodama gerti po 0,5—1,0 arbatinį šaukštelį kelis kartus per dieną.

Nulupta, sušutinta ir į tyrę sutrinta ropių žievė dedama prie nušaldytų kūno dalių bei jų odos paviršiaus.

Pas mus geriausiai tinkančių auginti valgomųjų ropių atmainos:

Aukso rutulys, geltona, skanios mėsos, greitai auganti, tinkanti sėti anksti pavasarį ir antroje vasaros pusėje.

Sniego rutulys tokių pat savybių, kaip „Aukso rutulys“, bet mėsa balta ir dar greičiau auganti atmaina.

Purple top scotch turnips daugiau rudeninė, labai atspari atmaina. Visos 3 čia paminėtos atmainos yra rutuliškos formos.

Olandų paplokščiosios — geltona mėsa, ankstyva.

Auvergne — baltos mėsos, raudono paviršiaus, paplokšti, vėlyva.

Bortfelder — ilgašaknė, geltonos mėsos, vėlyva atmaina.

RUNKELIS, CVIKLINIS (BUROKAS VALGOMASIS)

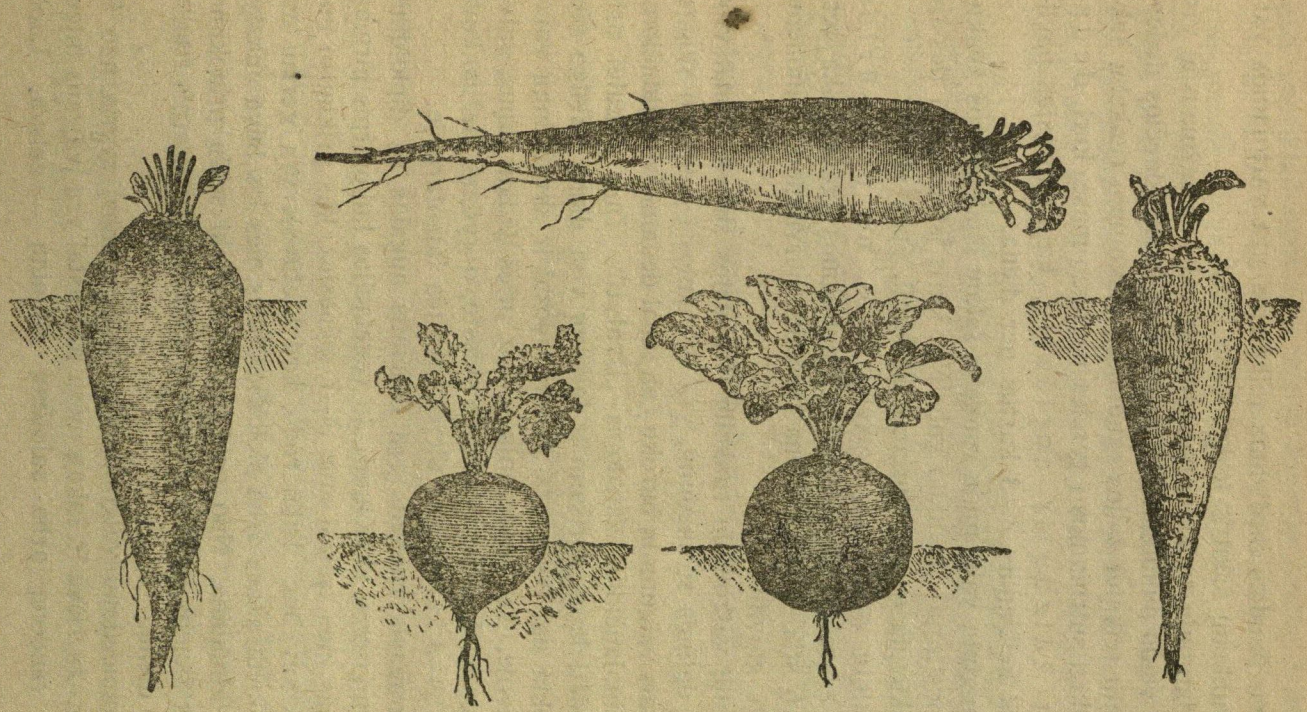
Beta vulgaris L. va. Cicla L.

Rus.: Свёкла
Latv.: Bietes
Lenk.: Burak
Vok.: Rote Rübe
(Chenopodiaceae šeimos)

Valgomasis runkelis mums visiems yra labai gerai žinoma, svarbi ir plačiai vartojama daržovė.

Valgomieji, pašariniai, cukriniai ir vadinamieji lapiniai runkeliai, arba mangoldai, yra artimi giminaičiai. Savo kilme jie visi yra iš Vidužemio jūros apylinkių. Vaistų reikalui iš čia minėtų geriausiai tinka valgomieji runkeliai. Jų taip pat yra nemaža (apie 12) įvairių kultūrinių atmainų bei formų, pasižyminčių nevienodu šaknų ilgumu, jų spalva ir kt. savybėmis.

Valgomųjų runkelių šaknyse yra gana daug žmogaus organizmui labai svarbių cheminių medžiagų, pvz.: baltyminių medžiagų iki 2,5%, riebalingų iki 0,3%, beazotinių ekstraktyvinių medžiagų iki 12%, skaidulinių medžiagų iki 1,6%, pelenų iki 1,6%. Pelenai susideda iš azoto 0,19%, kalio 0,25%, natrio 0,15%, kalkių 0,05%, magnio 0,04%, fosforo rūgšties 0,07%, sieros rūgšties 0,02%, silicio rūgšties 0,02%, chloro 0,07% ir kt. Iš kitų organinių junginių valgomuosiuose runkeliuose yra cukraus apie 6%, pektino medžiagų, obuolinės, vynuoginės, citrinų rūgščių, gleivinių medžiagų ir kt.



Įvairių valgomųjų r u n k e l i ų (burokų) pagrindinės šaknų formos

Grynai liaudies medicinos reikalams yra vartojamos valgomųjų runkelių šaknys ir kai kada lapai.

Iš valgomųjų runkelių pagamintais vaistais dažniausiai yra gydomos veido pūliuojančios, niežtinčios ir skaudančios dedervinės. Tam reikalui žalios raudonųjų valgomųjų runkelių šaknys smulkiai sutrinamos į tyrelės pavidalo masę, kuri dedama ant žaizdų ir aprišama, kaip paprastas pavilgas, kuris keičiamas 2—3 kartus per dieną.

Iš raugintų valgomųjų runkelių šaknų išpiaunamos žvakutės (Suppositoria) pavidalo gabalėlis, kuris įstatomas į tiesiąją žarną užkietėjusiems viduriams ištuštinti, ypač vaikų.

Raugintų valgomųjų runkelių žalios, ne per sūrios sultys (rasalas) su medumi yra duodamos ilgesnį laiką gerti po 2—6 stiklines per dieną liesiems, nervingiems žmonėms sustiprinti, gaivinti.

Iš žalių valgomųjų runkelių išspaustos sultys, sumaišytos lygiomis dalimis su medumi, yra lašinamos į nosį nuo slogos.

Kartais valgomųjų burokų žali lapai dedami tvinkstančioms arba pūliuojančioms žaizdoms „išvalyti“. Tam reikalui prie kūno pridėti lapai aprišami ir laikomi visą dieną pavilgo vietoje. Tokiu pat būdu yra gydomi niežai ir skrofulingų vaikų šašai galvoje. Tik pastaruoju atveju, prieš dedant lapus, galva yra sutepama šviežiu, nesūdytu sviestu, o gydant niežus, lapai keičiami 2—3 kartus per dieną savaitės laikotarpyje.

Valgomasis runkelis yra dvimetis augalas su diploidiniu (18) chromosomų skaičiumi. Jo vegetacijos laikotarpis pirmais metais pas mus tęsiasi apie 3—7 mėnesius, kas priklauso nuo atmainos savybių. Tatai rodo, kad Lietuvoje yra geriau auginti apskritašaknes arba plokščiašaknes, nes jos būva ankstyviausios atmainos. Nuo pasėjimo dienos iki sėklų prinokimo, išskiriant žiemos poilsio periodą, vegetacijos laikotarpis trunka apie 450 dienų.

Trumpašaknių valgomųjų runkelių gumbai sveria nuo 50 iki 600 g. Jų žievė ir šaknų mėsa paprastai yra įvairaus intensyvumo raudona arba salotinių atmainų — gelsva. Lapai

esti nepriklausomai nuo šaknų spalvos įvairių atspalvių nuo gelsvai žalios iki juodai raudonos su metališku blizgesiu. Antrais metais užaugantis stiebas yra šakotas, vagotas, status. Žiedeliai maži, žalsvi, dvilyčiai, sukrauti į pailgus su pertraukomis arba į rutuliškos formos žiedynus. Vaisiai yra rutuliškos išvaizdos apie 3—7 mm didumo, susidedą iš 2—7 sėklų. Jie prinokę turi būti pilkšvai iki tamsiai rudos spalvos, o neprinokę — žalsvai rusvos iki žalios spalvos.

Valgomiesiems runkeliams auginti geriausia žemė yra giliai išdirbta, ne šviežiai gyvulių mėšlu įtręšta, priemolinga, per daug neperdžiūstanti, bet ne šlapia (drenuota), kaitrioje, saulėtoje vietoje. Iš tiesiog dirvoje pasėtų sėklų užauga geresnės šaknys negu iš pasodintų diegų. Sėti arba sodinti patariama per 20—30—40 cm augalas nuo augalo. Valgomieji runkeliai mėgsta lengvą kaupimą ir žemės paviršiaus purinimą bei ravėjimą. Į žieduolius dažnai metasi tiktai tie egzemplioriai, kurių šaknys sužeidžiamos arba kai augimas kuriam laikui esti nutraukiamas dėl šalnų poveikio bei dėl sausros.

RŪGŠTYNĖ, VALGOMOJI

Rumex acetosa L.

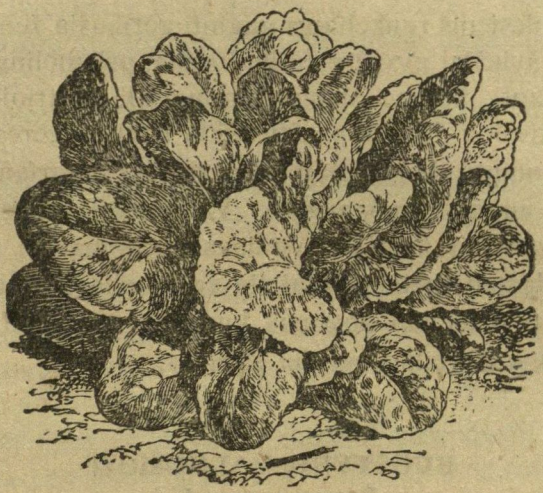
Rus.: Щавель
Latv.: Skābene
Lenk.: Szczaw
Vok.: Ampfer
(Polygonaceae šeimos)

Mūsų laukuose augančioms rūgštynėms giminiškos kultūrinių rūgštynių rūšys turi apie 7 atmainas, kurios yra auginamos daržuose. Šitos atmainos skiriasi tarp savęs tuo, kad jos esti nevienodo rūgštumo, skirtingo didumo bei formos lapais ir kt.

Kultūrinės rūgštynių atmainos yra išvestos atrankos bei kryžiavimo būdu iš visur Europoje savaime augančių rūgštynių.

Rūgštynė yra daugiametė, dvikamienė žolė, užauganti iki 80 cm aukštumo. Apatiniai jos lapai yra kotuoti, o viršutiniai — sėdį. Rūgštynės sėklų 1000 vienetų sveria 0,7—1,2 g. Jų daigumas išsilaiko iki 4 metų laiko.

Visas rūgštynės augalas ir ypač jos lapai bei jauni stiebeliai pasižymi maloniai rūgščiu skoniu, šaknys yra karčiai traukiančio skonio, o sėklos — apykartės.



Plačialapės rūgštynės

Grynai liaudies medicinos reikalams dažniausiai yra naudojami rūgštynės lapai. Tam reikalui jie skinami augalui žydint ir džiovinami šildomoje arba natūralinėje džiovykloje, ne saulėje. Išdžiūvę lapai turi būti ne pageltę, bet natūralinės spalvos, be ypatingo kvapo. Tokiuose lapuose, vaistinėse vadinamuose Folia Rumicis acetosae, yra kalio oksalato druskos, riebalinių medžiagų pėdsakai, cukraus, daug vitamino C ir kt. Iš žalių rūgštynės lapų išspaustose sultyse oksalato druskų yra apie 1,36%. Tatai rodo, kad rūgštynė turi nemažą kiekį tokios medžiagos, kuri organizmą veikia neigiamai. Dėl to rūgštynių valgymas didesniais kiekiais kai kam

gali būti žalingas. Ypač netinka rūgštynes valgyti žmonėms, linkusiems prie akmenų inkstuose, jeknose, tulžyje, prie šlapimo kanalo uždegimo, prie tuberkuliozės ir prie virškinimo organų sutrikimo (Dispepsia). Iš kitos pusės, šitokių defektų neturintiems žmonėms rūgštynės, naudojamos nedidelėmis terapeutinėmis dozomis, yra labai vertingas vaistas nuo C avitaminozės, nuo odos smulkių išbėrimų, nuo mažakraujystės (Anaemia), nuo išblyškimo (Chlorosis), nuo kraujavimų (Haemorrhagia) ir kt.

Gydymo reikalui rūgštynės lapai dažniausiai yra naudojami arbatos pavidalu. Arbatai virti paprastai imama vienas valgomas šaukštas džiovintų lapų — dviem stiklinėm verdančio vandens. Rūgštynių arbata yra geriama su cukrumi arba su medumi 4 kartus per dieną po pusę stiklinės.

Rūgštynių auginimas yra labai paprastas ir visiems prieinamas. Kadangi rūgštynės greitai bastarduoja, geresnės jų atmainos dažnai yra dauginamos ne iš sėklų, bet vegetatyviniu būdu. Tam reikalui nupiauti rūgštynės stiebeliai arba padalyti šakniastiebiai sukaišiojami į vidutiniško šiltumo inspektus, kur jie tinkamoje priežiūroje greitai įsišaknija.

Rūgštynės sodinamos arba sėjamos po atviru dangumi apie 30 cm platumo eilutėmis ir ten praretinamos apie 15—20 cm atstumu augalas nuo augalo. Vienam kvadratiniam metrui platumo sklypeliui apsėti reikia 2 g rūgštynės sėklų arba 21 vienetų diegų.

Rūgštynėms tinka bet kokia žemė, vis tik jos geriau auga ir didesnius, sultingesnius lapus išvysto derlingesnėje, lengvesnėje, apydrėgnėje daržo žemėje, nors ji būtų ir pusiau paunksningoje vietoje. Jei yra reikalo rūgštynėmis apsodintą dirvą papildomai patręšti, geriau tą padaryti ne gyvulių mėšlu, bet mineralinėmis trąšomis, ypač pabarstyti salietra ir zuperiu.

Rūgštynių lapų derlius pradedamas skinti (ne piauti) tada, kai augalai turi jau 4—5 lapus, t. y. po 2—3 mėnesių laiko sėkloms sudygus.

Aukščiausią lapų derlių rūgštynės neša antrais metais, bet jis gali būti dar visai patenkinamas iki 4 metų.

Rūgštynių lapai yra vartojami įvairioms sriuboms virti ne tik žali, bet ir konservuoti. Jie konservuojami paprastu džiovinimu arba vekavimu. Žali rūgštynių lapai, sumalti į tyrės konsistencijos masę, yra vekuojami 60 minučių laiko 100°C temperatūroje. Taip užkonservuotos rūgštynės gali išsilaikyti ilgiau kaip metus, kaip skani ir naudinga daržovė.

Mūsų klimato sąlygose daugiau patariama auginti vidutiniško rūgštingumo „Belleville" ir angliską špinatinę, iki 80 cm didumo lapais, nelabai rūgščią, rūgštynių atmainas. Šitos atmainos paprastai yra valgomos abi kartu sumaišytos lygiomis dalimis. Kitos stipriai rūgščios ne per dideliais lapais rūgštynių atmainos yra auginamos ne vien tiktai valgyti bei vaistams, bet ir technikos reikalams. Jų žaliais lapais trinami metaliniai įrankiai, pvz. peiliai, šakutės, šaukštai ir kt., greitai ir švariai nusivalo, o jų šaknys, virinamos su alūnu, duoda gražiai raudonos spalvos dažus, tinkančius tinkuotoms sienoms dažyti bei marginti.

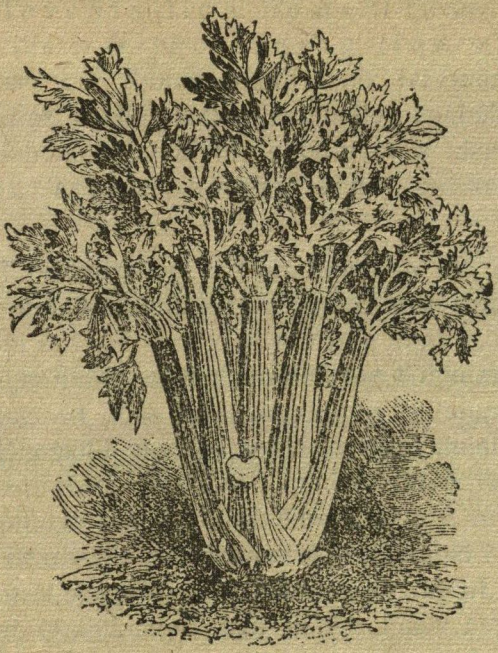
SALIERAS, VALGOMASIS

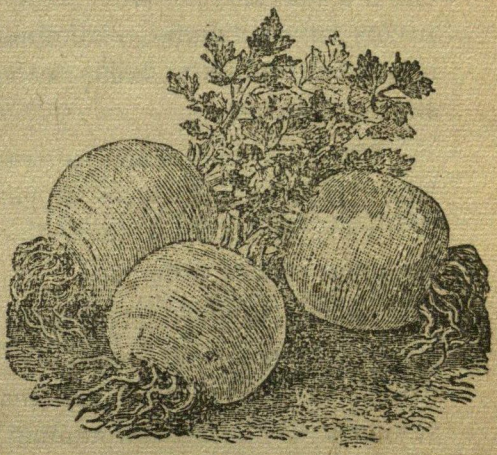
Apium graveolens L.

Rus.: Сельдерей
Latv.: Selerini
Lenk.: Selery
Vok.: Sellerie
(Umbelliferae šeimos)

Salierai yra gerai žinomi ir vartojami Lietuvoje, bet jų auginama pas mus palyginti dar nedaug. Vak. Europoje salierai turi žymiai platesnį pritaikymą negu pas mus. Ten jie kai kur auginami ne tiktai daržuose, bet ir platesnėse plantacijose.

Vidužemio jūros apylinkėse salierai užtinkami savaime augą druskingose prie šaltinių vietose. Šiaip salieras žmogui yra gerai žinomas net iš priešistorinių laikų kaip kultūrinis augalas.





Lapinės ir šakninės s a l i e r ų atmainos

Saliero vaisiai (Semen Apii graveolentis), šaknys (Radix Apii graveolentis) ir kiti iš salierų pagaminti preparatai dabartiniais laikais yra maža naudojami mokslo medicinos reikalams. Šiais laikais salierų šaknų bei lapų daugiausia suvartojama valgiams paskaninti ir eteriniam aliejui (Oleum Apii graveolentis aethereum) gaminti.

Salieras yra dvimetis augalas, užaugąs iki 70 cm aukštumo. Jo šaknys yra kempiškai mėsingos, viduje baltos, sustorėjusios ir turi daug antrinių šaknelių. Stiebas status, vagotas, šakotas; apatiniai lapai kotuoti, plunksniškai sudėtiniai iš penkiaporių skiautelių; viršutiniai lapai sėdį, triskiaučiai; visi lapai pražanginiai, tamsiai žalios spalvos, blizgančio paviršiaus; žiedeliai maži, balti, surinkti į dvigubus žiedynus be skraisčių; vaisiai pailgai rutuliški, apie 1,0—1,5 mm ilgumo, pilkai rudos spalvos, su 5 išilginėmis briaunelėmis; tūkstantis vaisių sveria 0,35—0,5 g. Jų daigumas tinkamose sąlygose išsilaiko 4—6 metus, bet dygsta visados labai ilgai (apie 20—30 dienų).

Salierų yra bent keletas kultūrinių atmainų. Jos skiriamos į ankstyvuosius, vėlyvuosius, šakninius ir į salotinius salierus. Gerai užauginti šakniniai salierai šaknų gumbus turi iki nemažos bulvės didumo, o salotinių salierų šaknys yra kupstėtos, o lapai esti ne tiktai žalios spalvos, bet taip pat gelsvi su įvairiais atspalviais.

Vaistų reikalui, kada salierai auginami dėl jų sėklų bei dėl lapų, vienodai tinka visos atmainos, bet kada norima pasinaudoti vien tik šaknimis, tada, žinoma, yra auginamos specialios šakninės salierų atmainos.

Salierų vaisiai, dažniausiai vadinami sėklomis, vartojami prinokę, be pašalinio kvapo. Iš jų yra šaltu būdu gaminama arbata, kuri geriama 2 kartus per dieną po pusę stiklinės. Tokiai arbatai gaminti merkiamas 1 arbatinis šaukštelis sėklų — 1 stiklinėje kambario temperatūros vandens 8—10

valandų. Vėliau vanduo nusunkiamas ir geriamas aukščiau nurodytu būdu.

Iš žalių saliero šaknų kartu su lapais yra spaudžiamos sultys, kurios geriamos 2 kartus per dieną po 1 valgomąjį šaukštą.

Čia minėti salierų preparatai yra vartojami kaip išbandyti šlapimui varyti (Diuretica) vaistai. Be to, jie geriami liaukų veikimui žadinti, nervams stiprinti, pvz. — Impotentia atveju kaip Aphrodisiacum, nuo plaučių slogos, nuo dilgynės (Urticaria) ligos ir kt.

Salierų svarbiausios cheminės sudėties dalys yra šios:

Lapuose — eterinio aliejaus apie 0,1%, gliukozido Apinum, Mannitum, Inositum ir kt.;

Šaknyse — Asparaginum, Cholinum, Thyrosinum, Glutoninum ir kt.;

Sėklose — Eterinio aliejaus iki 3%, Limonenum, palmitinės rūgšties, į gvajakolį panašių fenolų ir kt.

Salierams auginti geriausiai tinka šiltas, apydrėgnis, kalkingas, gerai įtręštas ir išdirbtas priemolis.

Salierai sodinami diegais per 45 cm augalas nuo augalo. Diegams užauginti sėklos sėjamos kiek galima anksčiau pavasarį švariame, geros žemės šiltadaržyje, kuriame palaikoma nuolatinė drėgmė ir oro vėdinimas.

Diegai sodinami ne per giliai antroje birželio mėn. pusėje. Jie dažnai laistomi apyšilčiu vandeniu popietinėmis valandomis. Apsodinta žemė visą vasarą laikoma švariai, be piktžolių ir puriu paviršiumi.

Salierų sėkloms užauginti pavasarį sodinami žiemą rūsyje išlaikyti, geriausi pernykščiai egzemplioriai.

Daugiau žinių apie salierų auginimą galima rasti agr. J. Strazdo knygoje „Daržovių auginimas“.

SALOTA, SĖJAMOJI
Lactuca sativa L.

Rus.: Салат
Latv.: Salāti
Lenk.: Sałata
Vok.: Garten-Salat
(Compositae šeimos)

Persų kalboje žodžiu „Salata" yra vadinami bet kokių augalų žali lapai, kurie, paskaninti actu, aliejumi ir kt., tinka valgyti. O pas mus, kalbant apie tokius lapus, yra sakoma, kad jie tinka valgyti kaip salotos. Tas rodo, kad mes salota vadiname tiktai tam tikrą botanišką augalo rūšį.

Salota turi daug įvairių porūšių, atmainų ir formų. Visos sėjamosios salotos skirstomos į 3 grupes:

I. Lapinės salotos (Lactuca sativa L. var. acephala Alef.).

II. Galvinės salotos (Lactuca sativa L. var. Capitata Alef.).

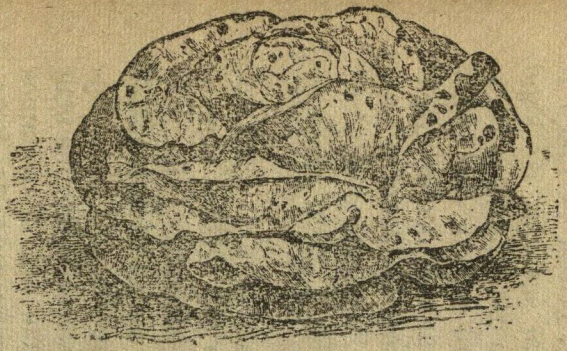
III. Verdamosios arba — romėniškosios salotos (Lactuca sativa L. var. longifolia Lam.).

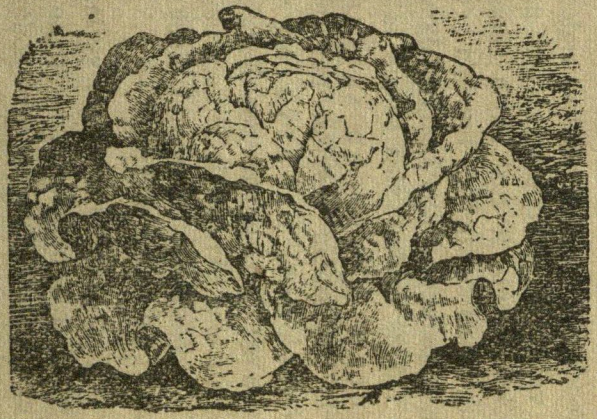
Vaistų reikalui beveik vienodai tinka visų šitų grupių salotos, ypač — tos, kurios turi daugiau pieniškųjų sulčių. Tokias sultis mes matome, kai jos ištrykšta iš sužeistų, jaunų salotų lapų arba iš jų žydinčių stiebelių.

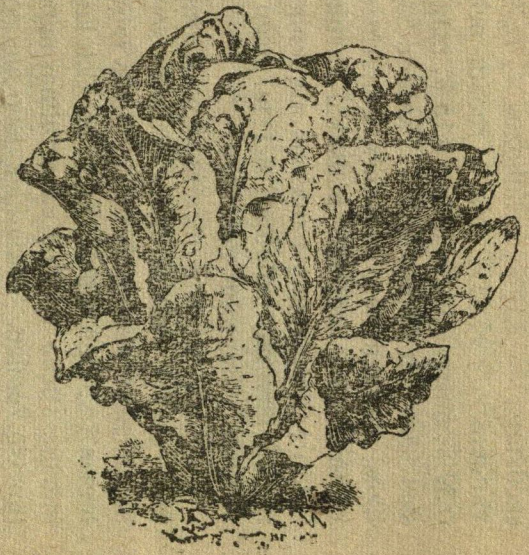
Vaistai yra gaminami iš žalių arba iš džiovintų salotų lapų bei jų stiebelių, iš jų sėklų ir iš išdžiovintų pieniškųjų sulčių, surinktų salotoms žydint.

Salotų vaistingumui išaiškinti yra gana daug moksliškai pasidarbuota Vak. Europoje, ypač — Prancūzijoje. Tyrimo išdavomis yra pasinaudota net kliniškoje gydymo praktikoje. Prieita išvada, kad salotų preparatai žmogaus organizmą veikia panašiai kaip opijus, tik žymiai silpniau už jį. Be to, salotų preparatai veikia kaip minkštinantieji (Emollientia) ir kaip švelnūs šlapimą varantieji (Diuretica) vaistai.

Žaliuose žydinčių salotų lapuose ir stiebuose yra surastos šios cheminės substancijos: baltyminių medžiagų 1,41%, rie-







Įvairios salotų atmainos

balinių — 0,31%, cukraus pėdsakai, beazotinių ekstraktyvinių medžiagų — 2,19%, celiuliozos — 0,74%, pelenų — 1,03% ir vandens — 94,33%. Savo ruožtu pelenai susideda iš: kalio 0,39%, natrio 0,08%, kalcio 0,15%, magnio 0,06%, fosforo rūgšties 0,08% ir chloro 0,08%. Žaliose salotų sultyse yra: obuolinės, rūgštyminės, citrininės, gintarinės rūgščių, manito, asparagino, labai nežymūs pėdsakai kartumynų, laktucino ir kažkokio į hiosciaminą panašaus alkaloido. Pastarųjų dviejų elementų buvimas salotose, dėl jų mažo kiekio, jokio neigiamo veikimo valgytojui nesudaro.

Vaistų reikalui pieniškosios salotų sultys yra renkamos taip: gražią, saulėtą dieną žydinčio stiebo pati viršūnė nupiaunama, likęs stuobrelis nulenkiamas ir jo sužeistasis galas įstatomas į stiklinį indelį. Kada po kiek laiko sultys nustoja tekėję indelin, stiebo viršūnė pakartotinai nupiaunama apie porą centimetrų žemiau. Tokia kiekvieno augalo operacija daroma bent kelis kartus. Indelin surinktos sultys vėliau yra džiovinamos saulėje. Ten jos nustoja apie 71% savo svorio, sukietėja į vaškiškos konsistencijos pilkšvai rudos spalvos masę. Tokios sultys, vaistinėje vadinamos Lactucarium gallicum, savotiškai kvepia ir turi kartų skonį. Be to, kai kas žydinčių salotų lapus su stiebais sugrūda į tyrės pavidalo masę, ją spaudžia, išspaustas sultis košia ir džiovina aukščiau nurodytu būdu. Tokios išdžiūvusios sultys vaistinėse yra vadinamos Extractum Lactucae sativae.

Iš šitų sulčių atskirai pagaminti žirneliai, milteliai arba skysti preparatai su 65° stiprumo spiritu yra geriami 1—3 kartus per dieną nuo melancholijos, nuo nervinių spazmų skrandyje ir kaip nervus raminantieji vaistai.

Čia paminėtų preparatų vienkartinis dozavimas apskaičiuojamas taip:

a) Lactucarium gallicum geriama po 0,25 iki 1,0 g.

b) Extractum lactucae sativae — po 1 iki 8 g, o

c) Šviežiai išspaustosios, nedžiovintos sultys geriamos po 5 iki 15 g.

Tiems patiems reikalams yra geriamas po 0,25—0,5 stiklinės džiovintų salotų lapų nuoviras arba iš žalių lapų išvirtas sirapas po 1—4 šaukštus kelis kartus per dieną.

Nuovirui virti imama 30—60 g lapų ir 1 litras vandens, o į 500 g verdančio cukraus sirapo dedama apie 70 g žalių lapų.

Salotų sėklos, sutrintos į smulkius miltelius, yra geriamos po 2—4 g per dieną.

Be to, šiltas ir šaltas žalių lapų įvairios koncentracijos nuoviras (kaip Collyrium sedativum) yra dedamas prie skaudančių akių, votims ir kitiems skauduliams gydyti kaip kataplazma.

Salotų auginimas ir jų naudojimas valgiams, taip pat šitų augalų išvaizda Lietuvoje yra visiems gerai žinoma, todėl čia neaiškinama.

SAULĖGRĄŽA, BULVINĖ

Helianthus tuberosus L.

Rus.: Земляная груша
Lenk.: Topinambur
Vok.: Erdbirne
(Compositae šeimos)

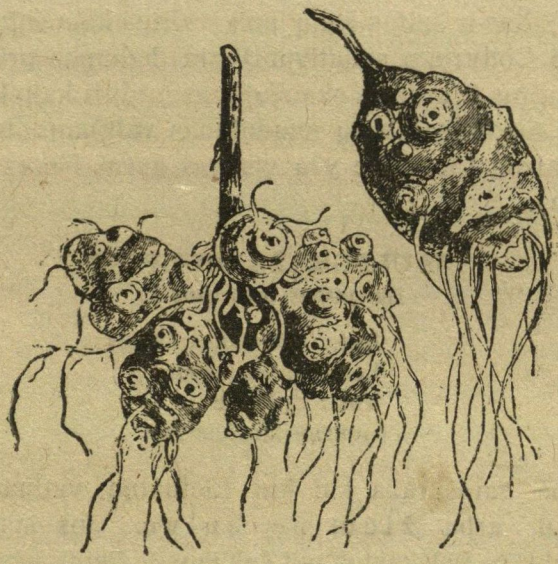
Bulvinė saulėgrąža kai kur Lietuvoje vadinama topinambūru, arba žiemine bulve. Jos sugumbėjusios šaknys, paliktos neiškastos net šalčiausią žiemą nesugenda nuo šalčių.

Šitas augalas yra atgabentas į Europą iš Brazilijos 1617 metais. Dabar jis čia visur auginamas kaip daržovė ir pašarinė žolė. Be to, bulvinę saulėgrąžą pas mus girininkai kartais sodina miškuose kiškių ir stirnų ganiavai pagerinti. Šiaip valgiui gaminti bulvinė saulėgrąža dar nėra populiarus augalas Lietuvoje. Tam reikalui žymiai daugiau vartojama ir auginama Prancūzijoje.

Bulvinė saulėgrąža yra daugiametis augalas. Jo stiebas status, užaugąs iki 2 m aukštumo. Lapai trumpakočiai, smailagaliai, dantytais kraštais, trimis stambiomis gyslomis, dideli.

Žiedai geltoni, smulkūs, sukrauti į nedidelius graiželius. Šaknys sugumbėjusios, panašiai kaip jurginų. Šitų gumbų paviršinė spalva esti rausva, gelsva, kartais — melsva, kas priklauso nuo augalo atmainos, bet viduje jie — baltos spalvos, mėsingi, sultingi. Visas augalas apaugęs mažais, šiurkščiais plaukėliais.

Bulvinė saulėgrąža Lietuvoje retai žydi, bet jei ir pražysta, tai dėl klimatinių sąlygų daigių sėklų neužaugina.



Bulvinės saulėgrąžų sugumbėjusios šaknys

Vaistų reikalui yra vartojami vien tik lapai (Folia Helianthi tuberosi). Jie skinami gražią dieną rugsėjo mėn. pradžioje ir džiovinami ne saulėje. Išdžiūvę lapai turi būti nepajuodę, natūraliai žalios spalvos.

Šitų lapų vaistams mokslo medicina dar niekur nevartoja. Vien tik liaudis iš jų verda arbatą, kurią geria po 1 stiklinę kas 3—4 valandas nuo drugio.

Arbatai virti imama 5 valgomieji šaukštai smulkiai sutrupintų lapų ir 1 litras vandens.

Bulvinių saulėgrąžų šakniagumbiai, dėl jų inulino ir kitokių naudingų medžiagų apstumo, yra valgomi įvairiai patiekti. Dažniausiai jie yra dedami į padažus, verdami sriubose, apkepami verdančiame svieste ir patiekiami su salotų mišiniu.

Žali šakniagumbiai turi silpną, nemalonų, žmogaus šlapimą primenantį kvapą, o išvirti bei apkepti ir gerai paruošti jie skanūs, kaip artišokai.

Bulvinės saulėgrąžos tiek šakniagumbiai, tiek lapai yra geras pašaras, bet nuo jo riebėdami melžiamieji gyvuliai mažina pieną.

Bulvinės saulėgrąžos geriausia yra auginti lengvoje, smėlingoje dirvoje. Jų šakniagumbiai sodinami rudenį tokiu pat būdu, kaip paprastos bulvės, tiktai žymiai rečiau. Kiekvienas kelmas derlingoje žemėje užaugina iki 35 šakniagumbių. Skinant lapus, šakniagumbių derlius mažėja. Šakniagumbių derlius kasamas arba vėlai rudenį arba anksti pavasarį. Pavasarinio kasimo šakniagumbiai yra skanesni. Sudžiūvę stiebai gerai tinka vasariniam kurui virtuvėje, o pelenai tinka geram šarmui gaminti, nes turi daug potašo.

SAULĖGRĄŽA, PAPRASTOJI

Helianthus annuus L.

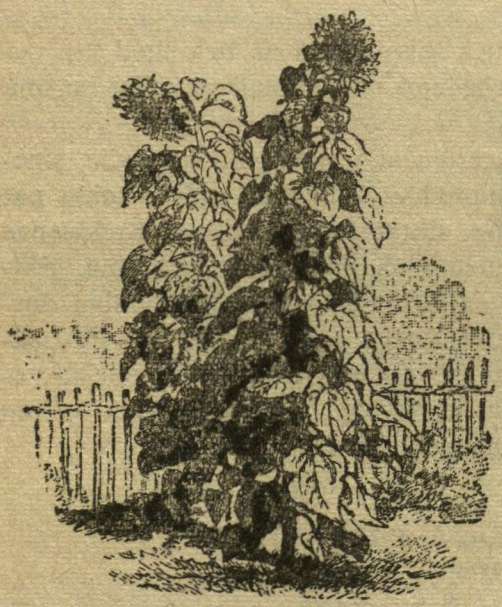
Rus.: Подсолнечник
Latv.: Saulegriezes
Lenk.: Słonecznik
Vok.: Sonnenblume
(Compositae šeimos)

Saulėgrąža yra visiems gerai žinomas augalas. Bet Lietuvoje ji auginama dar tik darželiuose arba daržuose. TSRS kai kur ji plačiais plotais sėjama laukuose kaip aliejinis augalas, nes jos sėklose yra iki 32% labai gero valgomojo aliejaus. Lietuvoje geriau prinoksta vadinamosios vienagalvės saulėgrąžų atmainos.

Saulėgrąža yra vienametis augalas, užaugąs iki 2 m aukštumo. Lapai kotuoti, pražanginiai, šiurkštūs, stambūs. Žiedai

geltoni, sukrauti į didelius, iki 30 cm platumo žiedynus. Jose prinokę vaisiai esti balkšvos, juodos arba dryžos spalvos.

Vaistų reikalui pirmiausia yra imami liežuvėliniai saulėgrąžos žiedai. Bet tam pačiam reikalui kai kada yra vartojami ir lapai. Žiedai skinami giedrią dieną ir džiovinami pagreitintu būdu, kad išdžiūvę jie paliktų gražiai geltonos spalvos. Tokiuose žieduose yra šių svarbiausių cheminės sudėties dalių: cholino, betaino, kvercimetrino, antocianino, kai kurių svarbių hormonų ir kt.



Paprastosios saulėgrąžos visas žydintis augalas

Iš saulėgrąžos žiedų (Flores Helianthi annui) vaistinėse yra gaminami lašai (Tinctura Helianthi annui), kurie yra geriami po 20—35 lašus 2—3 kartus per dieną nuo karščio maliarija, džiova sergantiems, nuo palinkimo plaučių gangrena sirgti, nuo bronchų išsiplėtimo (Bronchoectasia) ir kt. Tokiam pat gydymui yra vartojama taip pat ir arbata, išvirta iš saulėgrąžos žiedų arba lapų, kurių imama 4—7 valgomieji šaukštai — 1 litrui verdančio vandens.

Saulėgrąžos liežuvėlinius (kraštinius) žiedus skinant (pešiojant) vaistams, reikia stropiai saugoti vidurinius, t. y. vamzdelinius žiedus, kurie auga žiedyno (galvos) viduryje, nes iš šitų žiedų užsimezgusios saulėgrąžos sėklos gali normaliai augti ir prinokti be liežuvėlinių žiedų.

Saulėgrąžas auginti didesniais kiekiais neišsimoka Lietuvoje, nes jų sėklos pas mus tinkamai dar neprinoksta.

SMIDRAS

Asparagus officinalis L.

Rus.: Спаржа
Latv.: Sparguli
Lenk.: Szparag
Vok.: Spargel
(Liliaceae šeimos)

Smidrai, vadinami ir Šparagais, palyginti per maža auginami ir valgomi Lietuvoje. Vis tik jie mums yra gerai žinomi ne tik kaip skani ir ankstyva daržovė, bet taip pat kaip dekoratyvinis darželių augalas.

Smidrai daug kur Europoje savaime auga paupiais, pamiškėse, pievose ir kt. Jų stiebas užauga iki 1,25 m aukštumo, labai šakotas; šakniastiebis sumedėjęs, storokas; lapai siauručiai, kaip šeriai, auga kupsteliais; žiedeliai maži, žalsvai gelsvi; vaisius — rutuliškos formos raudona uoga, kurioje yra 1—2 apie 3 mm didumo, juodos spalvos sėklos. Jų 1000 vienetų sveria apie 17 g. Sėklų daigumas išsilaiko iki 7 metų.

Kultūrinių smidro atmainų yra žinoma apie 6. Jos pasižymi nevienoda pirmųjų stiebo ūgių spalva, jų storumu, sultingumu, augimo greitumu ir kt.

Vaistų reikalui visos valgomųjų smidrų atmainos vienodai tinka.

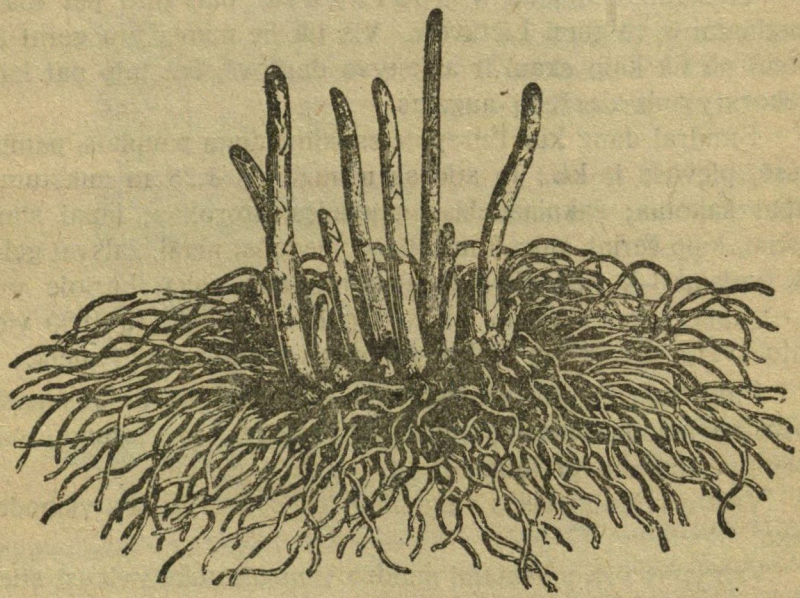
Valgiams yra vartojami smidro vien tik ankstyviausi stiebo ūgiai, kol jie yra dar traškūs, sultingi, stori, nepažaliavę. Vaistams gaminti jie taip pat tinka, bet tam reikalui lygiagrečiai su ūgiais yra vartojami smidrų ir šakniastiebiai bei šaknys, vaistinėse vadinamos Radix Asparagi.

Jų cheminėje sudėtyje randama nemaža asparagino, arginino, bent kiek riebiojo ir eterinio aliejaus, gana daug cukraus, pėdsakai arseno, tirezino, gintarinės rūgšties, saponinų, vitamino C, fosforo rūgšties ir kt.

Yra žmonių, kurie smidro visai nepakenčia (Idiosyncrasia). Tokie žmonės net nuo paprasto prisilietimo prie žalio smidro suserga odos suerzinimu (Dermatitis), bet tokių atsitikimų pa-

sitaiko labai maža. Šiaip visi žmonės smidrą pasigardžiuodami valgo, kaip sveiką ir skanią daržovę. Tik nuo didesnio suvalgytų smidrų kiekio arba nuo jų vaistų šlapimas įgauna savotišką kvapą.

Smidro vaistus žmonės g e r i a nuo per tankaus ir smarkaus širdies tvaksėjimo, nuo užsisenėjusio pūslės bei inkstų uždegimo ir nuo chroniškų egzemų.



S m i d r o iškastas krūmas su pavasariniais, valgomaisiais ūgiais

Vaistų reikalui yra g a m i n a m a š a l t u b ū d u a r b a t a. Jai pagaminti imama 60 g smulkiai supiaustytų, žalių smidro ūgių, kurie merkiami 8 valandoms į 1 litrą drungno vandens. Vėliau skystimas nukošiamas ir visas per dieną dalimis išgeriamas. Tokiu pat šaltu būdu yra gaminama arbata iš smidro šaknų, kurių merkiama tik 1 arbatinis šaukštelis į 1 stiklinę vandens, kuris išgeriamas per du sykiu dienoje. Tiems patiems reikalams vietoje ūgių ir šaknų arbatos yra geriamos po 1 valgomąji šaukštą 2—4 kartus per dieną šviežiai iš žalių

ūgių išspaustos smidro sultys. Be to, vaistinėse yra gaminami smidrų lašai (Tinctura Asparagi), kurie geriami po 2—10 lašų 3 kartus per dieną. Nuo smarkių, nieku kitu nesulaikomų vėmimų geriama 3—5 kartus per dieną smulkiai į miltelius sumaltas smidro sėklas po 0,5—1,0 g.

Vaistų reikalui smidro šaknys kasamos rudenį po pirmų šalnų. Jos plaunamos, išilgai skaldomos ir džiovinamos gerai vėjo perpučiamoje vietoje. Tam reikalui geriausia smidro šaknų medžiaga esti iš dvimečio augalo, auginto kalkingame, vandenį praleidžiančiame priesmėlyje.

Smidrus geriau yra auginti iš sėklų, negu dauginti senų kelmų dalijimu. Smidrams žemės paruošimas, jos trešimas ir, aplamai imant, visa smidrų kultūros priežiūra yra gana savotiška, bet visiems prieinama ir pas mus turėtų būti daugiau propaguojama.

Apie smidrų auginimą gerų nurodymų galima rasti agr. J. Strazdo „Daržovių auginimas“ knygoje.

SOJA

Soja hispida Mönch.

Rus.: Соя
Lenk.: Soja
Vok.: Soja
(Leguminosae šeimos)

Apie sojos nepaprastai svarbią reikšmę maisto ir ūkio reikalui buvo daug rašyta Lietuvoje. Sojų sėklos yra ne tik šiaip sau maistingos, jos sėkmingai naudojamos ir dietoterapiniam gydymui. Ypač tinka sojų valgiai žmonėms, sergantiems cukraus liga, chroniškų artritų (sąnarių uždegimu), virškinamajam traktui gydyti ir šiaip visam silpstančiam organizmui bei nervams stiprinti. Tam reikalui iš sojų sėklų yra gaminami įvairiausi valgiai, pvz. sriubos, tyrės, sojų pienas (emulsija), sojų aliejus, kava ir daug kitų. Dėl to terapiniam gydymui geriausia sojų sėklas išmirkyti minkštame vandenyje, gerai išvirti, su-

grūsti bei sutrinti į tolygią (be grumstelių) tyrelę, kuri valgoma bet kokiais kiekiais. Žinoma, tokia tyrelė pagal skonį ir reikalą gali būti maišoma su kitais produktais bei prieskoniais.

Sojų cheminė sudėtis yra labai turtinga žmogaus organizmui naudingų medžiagų. Iš svarbiausių substancijų sojų sėk-

Sojos visas augalas ir greta jo — ankštelių kekė

lose yra laikomi gerai virškinamieji baltymai (iki 40%), fosforo rūgštis apie 0,65% ir net keli vitaminai. Be to, sojų sėklos yra turtingos mineralinių druskų, pvz. potašo 2,09%, kalkių 0,23%, magnio 0,24%, geležies oksido 0,09% ir kt. Sojų sėklos taip pat yra turtingos įvairių naudingų fermentų. Iš jų ypač vertingas fermentas yra Ureaza, kuris chemiškai suskaldo šlapimą (urea), patekusį į žmogaus ar į šiaip žinduolių kraują.

Sojos auginamos ir prižiūrimos panašiai kaip krūminės pupelės. Daug geriau sojos dera, jei prieš sėjant jų sėklos yra apkrečiamos specialiomis bakterijomis, augančiomis vien tik ant sojų šaknelių. Tam reikalui žemė nuo tokių šaknelių nuimama ir supilama į indą, kuris žiemą laikomas užkastas dirvoje arba rūsyje. Pavasarį šita žemė praskiedžiama vandeniu ir gautame purvynėlyje sojų sėklos prieš pat jas sėjant, išmaudomos. Tokios purvinos sojų sėklos turi būti sėjamos be saulės, t. y. vakare arba šiaip visai apsiniaukusią dieną, nes tiesioginiai saulės spinduliai tokias bakterijas užmuša.

SVOGŪNAS, VALGOMASIS
Allium Cepa L.

Rus.: Лук
Latv.: Sīpols
Lenk.: Cebula
Vok.: Zwiebel
(Liliaceae šeimos)

Iš kasdieninio gyvenimo žinome, kad valgomieji svogūnai mūsų krašte gana dažnai yra įvairiai vartojami liaudies vaistams. Jų vaistingumą daug kas patvirtina ir moksliniais duomenimis. O šiaip svogūnai visur gana plačiai auginami ne vaistams gaminti, bet kaip labai populiari prieskoninė daržovė.

Kultūros keliu nemaža išvestą įvairių valgomojo svogūno atmainų bei formų. Kultūrinių svogūnų pirmtakai dar ir dabar savaime auga Vidurinėje ir Vakarų Azijoje laukiniais augalais.

Vaistų reikalui vienodai tinka visos pas mus auginamos valgomųjų svogūnų atmainos. Jų visų cheminė sudėtis taip pat yra labai artima tarp savęs. Svarbiausi svogūnų cheminės sudėties elementai yra šie: gleivines jaudinantis eterinis aliejus, turis įvairių sulfidų ir alilinių junginių, gana daug sacharozos, citrinų rūgšties, inulino, gleivių, vitamino C ir daug kt.

Vaistams gaminti dažniausiai yra imami žali svogūnai (Bulbus Cepae recens) arba iš jų išspaustos žalios

sultys (Succus Cepae recens). Šitos sultys grynos arba sumaišytos su geros degtinės ir jauno medaus lygiomis dalimis yra geriamos lašais, arbatiniais šaukšteliais arba valgomais šaukštais kelis kartus per dieną nuo vidurių išpūtimo, nuo kosulio, nuo apvaliųjų dėlių (askaridų ir oxyuris), šlapimui varyti (kaip Diureticum), nuo neuralginių skausmų, nuo Basedowo (Bazedo) ligos ir kt. Į tyrelę sutrintas svogūnas dedamas pavilgu prie pūliuojančių žaizdų, ypač atsirandančių prie nago (Panaritium), dedamas prie kojų papadžių nuo slogos. Smulkiai ir ilgai kramtomas žalias svogūnas taip pat gerai padedąs nuo pažandžių sutinimo ir dezinfekuojąs burną kai kurių infekcinių ligų metu, pvz. difteritu sergant.

Ankstyvieji ir vėlyvieji svogūnai

Žmonės Lietuvoje labai dažnai naudoja šviežias svogūno pleneles. esamas tarp sultingų „galvelę“ sudarančių žvynų. Jos yra labai plonutės, elastingos, permatomos ir gerai prilimpa prie odos paviršiaus. Šitomis plėnelėmis, vietoje vadinamojo angliško plėstro (Emplastrum anglicum), yra apdedamos ir šiltai aprišamos ilgai nepritvinkstančios votys, kad pastarosios greičiau pratrūktų ir išsivalytų nuo pūlių.

Valgomasis svogūnas priklauso prie dvimečių augalų. Jo šaknys yra prisitaikiusios maisto medžiagas siurbti tik iš paviršinio dirvos sluoksnio. Lapai yra dviejų rūšių. Vieni jų neturi chlorofilo, žvyniški, ankštai susiglaudę tarp savęs ir tuo būdu sudarą gumbo formos „svogūną", kuriame augalas pirmais metais krauna savo maisto atsargas. Antrais metais pasodintas šitas „svogūnas", kai tik atsiranda nauji svogūnėliai, veikiai numiršta. Antros rūšies svogūno lapai yra žalios spalvos, vamzdiški. Jie asimiliuoja ir pas mus yra vadinami „svogūno laiškais". Šitie lapai yra vienamečiai, nes pirmųjų savo vegetacijos metų pabaigoje jie numiršta.

Antrais metais pasodintas svogūnas žydi ir mezga vaisius su sėklomis. Jos šiek tiek trikampiškos, juodos, apie 3 mm didumo, apie 70% daigumo, 1000 sėklų sveria 2,7—4,0 g. Geros svogūno sėklos savo daigumą išlaiko 2—3 metus.

Geriausi ir patvariausi svogūnai užauga kaitrioje vietoje, gerai išdirbtoje, nuo seniau gausiai įtręštoje, priemolingoje, su smėlio priemaiša, be piktžolių dirvoje. Per daug drėgnoje, šviežiu mėšlu įtręštoje, durpingoje žemėje arba sunkesnėje molynėje svogūnai užauga arba nepatvarūs (greitai pūva) arba anksti metasi į žieduolius.

ŠPINATAS

Spinacia oleracea L.

Rus.: Шпинат
Lenk.: Szpinak
Vok.: Spinat
(Chenopodiaceae šeimos)

Špinatų yra žinoma kultūroje bent 7 rūšys ir keletas jų atskirų atmainų bei formų. Vaistų reikalui jie visi vienodai tinka. Be to, yra dar vadinamasis Naujosios Zelandijos špinatas, kuris Lietuvoje nors po truputį ir auginamas kaip vertinga daržovė, bet vaistų reikalui jis pas mus nevartojamas.

Įvairiausių atmainų špinatai

Daugiausia Lietuvos miestų daržuose auginamų špinatų (Spinacia oleracea) kilmės tenka ieškoti Rytų kraštuose, pvz. Afganistane, Persijoje ir kt., bet šitie augalai puikiai auga ir mūsų krašte.

Pagal savo auginimą špinatai skiriami į 3 atmainas: anksti sėjamieji („Juliana“, „Münsterländer“), rudeniniai („Victoria“) ir žiemai sėjamieji („Eskimo“).

Špinatai užauga 30—50 cm aukštumo. Jų šaknys silpnos; stiebas paprastas arba šakotas, tuščiaviduris; lapai pražanginiai, kotuoti; žiedai mažyčiai, vienalyčiai, nes špinatai priklauso prie dvikamienių augalų.

Valgiams ir vaistams paprastai yra naudojami špinatų žali lapai bei iš jų išspaustos sultys. Tam pačiam reikalui, ypač žiemos metu, taip pat galima naudoti špinatų džiovintus arba konservuotus lapus, bet taip paruošti jie palyginti daug nustoja savo vertingumo.

Žali špinatų lapai turi labai daug įvairių žmogaus organizmui naudingų substancijų, pvz. chlorofilo, lecitino, baltyminių medžiagų, geležies, fosforo, arseno, vitaminų A_1, B_1, B_2, C, įvairių mineralinių junginių, — kalio, kalcio, magnio ir daug kt. Todėl špinatas maistingumu ir vaistingumu yra nepakeičiamas jokiu kitu augalu. Ypač jis naudingas yra dar augančiam ir bręstančiam žmogaus organizmui, nėščioms motinoms ir kt. Tačiau žmonėms, linkusiems prie akmenų inkstuose, pūslėje ir tulžyje didesni špinatų kiekiai valgyti yra n e p a t a r t i n i.

Iš sutrintų špinatų lapų išspaustos ž a l i o s s u l t y s y r a g e r i a m o s 3—4 kartus per dieną įvairiais kiekiais (po 1 arbatinį šaukštelį — iki 0,5 stiklinės kas kartą). Skoniui pagerinti į sultis dedama grietinės, medaus ir kt.

Šitie špinatų vaistai yra geriami pirmiausia nuo rachito, nuo mažakraujystės, nuo chroniškų odos išbėrimų, nuo jeknų tinimo, visam organizmui stiprinti, sergant reumatu, žindan-

čioms motinoms ir nuo kitokių ligų, ypač kylančių nuo vitaminų stokos valgiuose.

Be sulčių, tiems patiems reikalams, yra valgomi žali špinatų lapai su duona, su mėsa, su sūriu ir kt. Tam reikalui ką tik nuskinti lapai neilgai pavirinami, sutrinami į tyrę, kuri pasūdoma, prametama sviestu, aliejumi arba grietine ir valgoma.

Žiemos laikotarpiui špinatų lapai vekuojami, konservuojami arba džiovinami ir sumalami į smulkius miltus.

Špinatų lapai atsargai džiovinami ne saulėje ir laikomi visai sausoje vietoje.

Virinti, vekuoti, konservuoti arba džiovinti špinatų lapai, lyginant juos su žaliomis sultimis, vitaminingumo atžvilgiu yra mažesnės vertės, bet vis tik jie palieka labai svarbūs žiemos laikotarpio mitybai.

Špinatams auginti geriausiai tinka stropiai išdirbtas ir nuo seniau gerai įtręštas priemolis. Vieta špinatams auginti turi būti saulėta ir apsaugota nuo vėjų. Šviežio trešimo gyvulių mėšlu špinatai nemėgsta, bet mineralinis trešimas renano fosfatu, natrio salietra, kalkėmis ir kalio druska jiems yra visados pageidautinas.

Špinatai sėjami 25—30 cm platumo eilutėmis kiek galima anksčiau pavasarį. Sudygę diegai praretinami per 20—25 cm diegas nuo diego eilutėje. Apsėta dirva stropiai purinama ir ravima, kad piktžolėmis neapaugtų. Špinatai mėgsta, kad žemė nuolat turėtų pakankamai drėgmės. Todėl sausros metu špinatai dažnai ir gausiai laistomi.

Žiemai dirvoje paliekami špinatai plonai apdengiami eglišakėmis, kad vėjas sniego nenupustytų.

Uždžiūvę arba per lengvoje žemėje augdami špinatai mažus lapus užaugina ir greitai metasi į žieduolius. Durpinga, per drėgna, apyrūgštė žemė špinatams taip pat netinka.

TRŪKAŽOLĖ, PAPRASTOJI

Cichorium Intybus L.

Rus.: Цикорий
Latv.: Cigorini
Lenk.: Cykorja
Vok.: Zichorie
(Compositae šeimos)

Trūkažolę pas mus dar daug kas vadina iškraipytu lotyniškų cikorijos vardu. Šis augalas gana gausiai savaime auga pas mus laukuose, bet jo kultūrinės atmainos yra specialiai auginamos daržuose ir platesnėse dirvose.

Trūkažolė auginama dėl jos vertingų šaknų, tinkamų kavai gaminti ir dėl lapų salotoms daryti.

Vaistinėse yra laikomos trūkažolės ne tiktai šaknys (Radix Cichorii), bet kai kur žmonės naudoja trūkažolės lapus (Folia Cichorii) ir žiedus (Flores Cichorii).

Kultūrinė trūkažolė yra dvimetis augalas, antrais metais užaugąs iki 125 cm aukštumo. Jos šaknis verpstiškos formos, mėsinga, balta; stiebas šakotas, status, tuščiaviduris, trumpais, šiurkščiais plaukeliais apaugęs; apatiniai lapai kotuoti, o viršutiniai sėdį; žiedai visi liežuvėliniai, mėlyni arba kai kada — rausvi bei balti, susibūrę į nemažus graiželių tipo žiedynus; vaisiai 3—5 briauniai, apie 2—3 mm ilgumo, 1 mm storumo. Jų 1000 vienetų sveria 0,88—1,97 g; sėklos daigumą išlaiko 4 metus, sudygsta po 8—10 dienų.

Šakninė trūkažolės atmaina

Vaistams vartojamos trūkažolių šaknys yra kasamos pirmų metų rudenį, prieš šalnas. Jos išilgai ir skersai supiaustomos žirnio didumo gabalėliais ir džiovinamos šildomoje džiovykloje. Išdžiūvusios šaknys turi būti baltos, nepasvilusios.

Taip paruoštose trūkažolės šaknyse esti iki 15% inulino, bent kiek rauginės rūgšties, riebiojo aliejaus, pektino, levulino, cholino, cukraus ir kt.

Iš 1 arbatinio šaukštelio trūkažolės šaknų vienai stiklinei vandens verdama arbata, kuri geriama 2 kartus per dieną po 1 stiklinę apetitui žadinti, nuo jeknų tinimo, tulžies sekrecijai varyti (Chologogum), kraujui valyti, nuo blužnies susirgimų ir kt.

Tiems patiems reikalams ir tokiais pat kiekiais vietoje šaknų geriami trūkažolės džiovinti lapai arba žiedai.

Lapai ir žiedai yra džiovinami taip pat pagreitintu būdu, ne saulėje.

Trūkažolės vaistinė žaliava atsargoje yra laikoma gerai užvožtuose induose, kad neatidrėktų.

Apie trūkažolės (cikorijos) auginimą pakankamai nurodymų yra duota agr. J. Strazdo „Daržovių auginime" ir K. Grybausko „Vaistinguose Lietuvos augaluose", II dal., 1935 m.

ŽIRNIS, SĖJAMASIS

Pisum sativum L.

Rus.: Горох
Latv.: Zirņi
Lenk.: Groch
Vok.: Erbse
(Leguminosae šeimos)

Mums visiems labai gerai žinomi ir visų mėgstami žirniai yra sėjami ne tik laukuose, bet taip pat ir daržuose. Specialiai daržų kultūrai pritaikytų žirnių atmainų yra išvesta gana daug (apie 43). Jos skiriasi tarp savęs ne tik sėklų forma, jų didumu, skoniu, derlingumu, bet taip pat — virkščių ir vegetacijos nevienodu ilgumu, žiedų spalva, ankščių savybėmis, atsparumu infekcijoms ir klimatinėms sąlygoms.

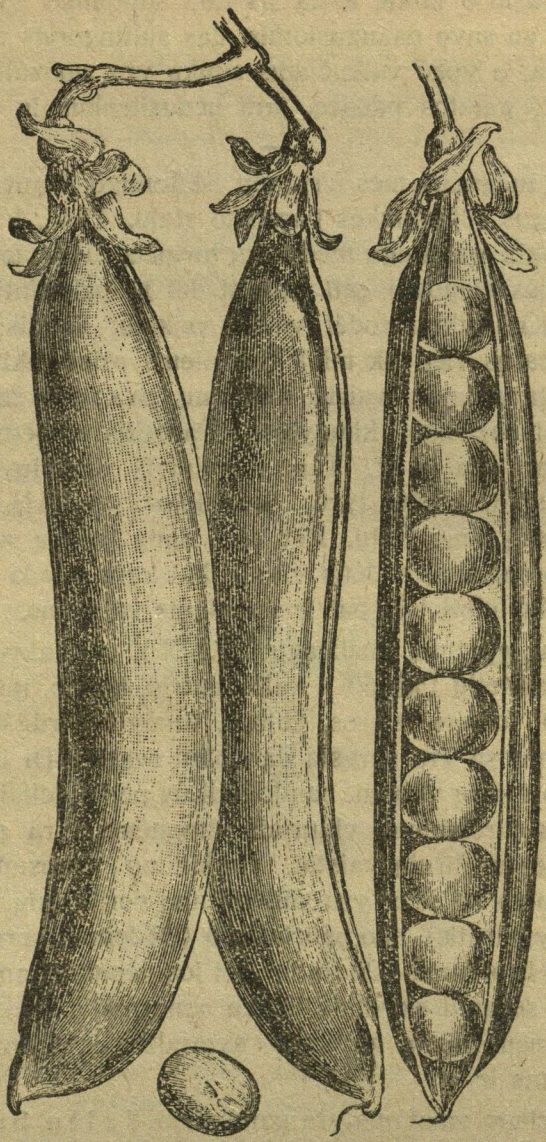
Žirnius žmonės mėgsta ne vien tik dėl jų sėklų ir ankščių skanumo bei jų nepaprasto maistingumo, bet taip pat ir dėl pa-

ties augalo gražumo. Ypač žirnis praeivio akį veria nuotaikingu vidurvasario laiku, kada jis taip sutartinai žydi ir kai jau pasirodo su savo paaugusiomis, dar sultingomis ankštimis. Bet kam tada, o ypač vaikučiams sunku yra susivaldyti prieš tokį viliojantį gamtos padarą, jam nenusilenkus ir neištiesus rankos.

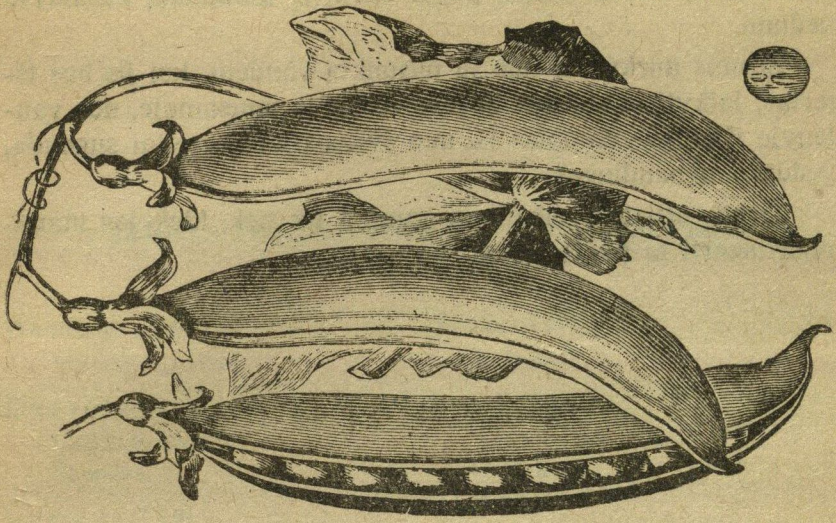
Taip pat mėgstam mes žirnį ant iškilmingo ir ant kasdieninio, rūpestingos šeimininkės paruošto stalo. Deja, kaip baltymingą ir kitokių maistingų medžiagų turinčią mėsą, taip ir žirnį ne visi žmonės vienodai gali valgyti dėl jų palyginti sunkaus virškinimo. Gal tiktai todėl vaistų reikalui liaudis naudoja žirnių preparatus vien tik minkštinantiems prietvinkiams (Cataplasma) statyti nuo įvairių sutinimų, pvz. nuo žandikaulio uždegimo (fliuso), nuo „kiaulytės" (Parotitis epidemica), nuo sukietėjimų po oda ir kt. Tam reikalui iš žirninių miltų sumaišyta tirštoka, karšta tyrė, suvyniota į audeklą, dedama prie skaudančių kūno vietų. Bet labai daug įvairių substancijų turinti žirnio cheminė sudėtis vis tik kai kam duoda mintį tas jo savybes išnaudoti taip pat ir vidiniams vaistams.

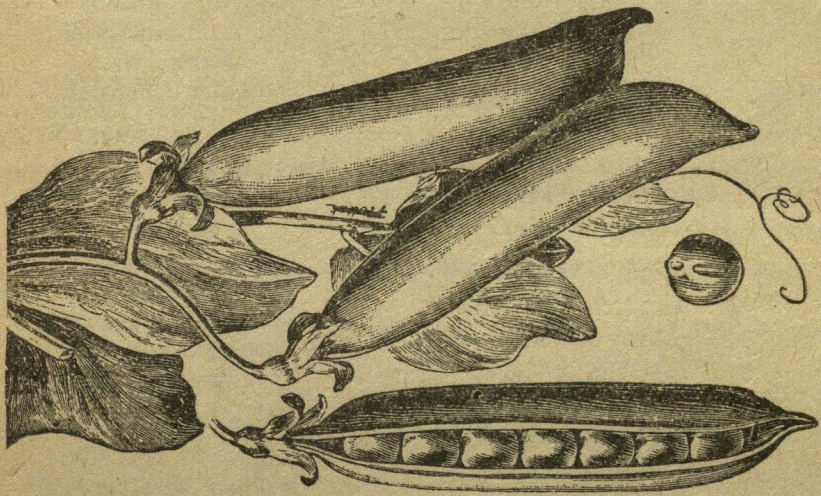
Be esamų azotinių medžiagų (30,02%), ekstraktyvinių beazotinių substancijų (55,66%), kalio, natrio, kalcio, magnio, geležies oksido, fosforo, sieros, chloro, titnaginės rūgšties ir kt. junginių, žirniuose yra surasta dar labai svarbių B_1 ir B_2 vitaminų. Dėl to žirnių valgiai, naudojami ne per dideliais kiekiais ir normalaus virškinimo viduriais žmonėms, yra pirmaeilės reikšmės. Be to, žirnių vaistai, virškinimo neapsunkinančios arbatos pavidalu yra siūlomi nuo periferinių nervų uždegimo (Polyneuritis), nuo pabrinkimų (Oedema), sergant inkstų ir širdies išsiplėtimu (Dilatatio) bei jos nepakankamumu (Insufficientia), sergant skydinių liaukų nenormalia funkcija, angliavandenių nenormalia apykaita, skrandžio ir žarnų palinkimu infekcijoms ir kt.

Žirnių arbata vaistams yra gaminama šaltu būdu taip: 4—5 kupini šaukštai švarių žirnių sėklų mirkoma 10—12 valandų 1 litre vandens, kuris turi būti minkštas, virintas, bet



Daržoviniai žirniai trijų atmainų





ataušęs. Paskui vanduo nukošiamas ir dalimis visas išgeriamas per dieną. Geriau yra tokią žirnių arbatą gerti su ką tik pamelžtu, nevirintu pienu, pagal skonį ir galimumą pasaldytu medumi.

Žirnius mirkyti ir nuo jų nusunktą vandenį, kol jis bus išgertas, laikyti reikalinga beveik visiškoje tamsumoje, nes vandenyje ištirpęs vitaminas B_2 nuo šviesos labai greitai sugenda, pasidaro nenaudingas.

Žirnių arbatos reikalinga gaminti tik tiek, kiek jos numatoma išgerti tą pačią dieną.

TEKSTE MINIMŲ AUGALŲ SUSKIRSTYMAS PAGAL ŠEIMAS

Borraginaceae:
- Vaistinė agurklė.

Chenopodiaceae:
- Cviklinis runkelis.
- Špinatas.

Compositae:
- Artišokas.
- Bulvinė saulėgrąža.
- Paprastoji saulėgrąža.
- Paprastoji trūkažolė.
- Peletrūnas.
- Sėjamoji salota.
- Valgomoji gelteklė.

Cruciferae:
- Baltoji garstyčia.
- Gūžinis kopūstas.
- Juodasis ridikas.
- Raudonasis kopūstas.
- Sėjamoji pipirnė.
- Valgomasis griežtis.
- Valgomasis krienas.
- Valgomoji ropė.

Cucurbitaceae:
- Melionas.
- Paprastasis agurkas.
- Paprastasis moliūgas.
- Tikrasis arbūzas.

Gramineae:
- Kukurūzas.

Labiatae:
- Auginamasis dašis.
- Bazilikas.
- Mairūnas.

Leguminosae:
- Daržovinė pupelė.
- Mėlynžiedė ožragė.
- Pupa.
- Sėjamasis žirnis.
- Soja.

Liliaceae:
- Poras.
- Smidras.
- Valgomasis česnakas.
- Valgomasis svogūnas.

Moraceae:
- Kanapė.

Papaveraceae:
- Daržinė aguona.

Polygonaceae:
- Daržovinis rabarbaras.
- Valgomoji rūgštynė.

Portulacaceae:
- Daržovinė portulaka.

Ranunculaceae:
Sėjamoji juodgrūdė.

Rosaceae:
Braškė.

Solanaceae:
Ankštpipiris.
Baklažanas.
Dumplūnė.
Pomidoras.
Valgomoji bulvė.

Umbelliferae:
Anyžius.
Kalendra.
Kervelis.
Krapas.
Liubystras.
Valgomoji morka.
Pankolis.
Sėjamasis pastarnokas.
Petražolė.
Valgomasis salieras.

TEKSTE MINIMŲ AUGALŲ SUSKIRSTYMAS PAGAL JŲ NAUDOJAMAS DALIS

Ankštys:
Daržovinė pupelė.
Pupa.

Eterinis aliejus:
Anyžius.
Auginamasis dašis.
Bazilikas.
Kanapė.
Kervelis.
Krapas.
Mairūnas.
Mėlynžiedė ožragė.
Peletrūnas.
Sėjamoji pipirnė.

Lapai:
Artišokas.
Braškė.
Bulvinė saulėgrąža.
Cviklinis runkelis.
Daržovinė aguona.
Daržovinė portulaka.
Dumplūnė.
Gūžinis kopūstas.
Paprastoji trūkažolė.
Paprastoji saulėgrąža.
Pomidoras.
Petražolė.
Pupa.
Sėjamoji salota.
Špinatas.
Valgomoji bulvė.
Valgomoji rūgštynė.

Purkos:
Kukurūzas.

Sėklos:
Baltoji garstyčia.
Daržovinė aguona.
Daržovinė pupelė.
Paprastasis agurkas.
Paprastasis moliūgas.
Pupa.
Sėjamoji juodgrūdė.
Sėjamasis žirnis.
Sėjamoji salota.
Smidras.
Soja.
Tikrasis arbūzas.
Valgomasis griežtis.
Valgomoji ropė.

Sultys:

Artišokas.
Cviklinis runkelis.
Vaistinė agurklė.
Valgomoji bulvė.
Valgomasis česnakas.
Valgomoji gelteklė.
Valgomoji morka.
Valgomoji ropė.
Valgomasis salieras.
Valgomasis svogūnas.

Svogūnai:

Valgomasis česnakas.
Valgomasis svogūnas.

Šakniagumbiai:

Valgomoji bulvė.

Šakniastiebiai:

Daržovinis rabarbaras.

Šaknys:

Braškė.
Cviklinis runkelis.
Liubystras.
Melionas.
Paprastoji trūkažolė.
Petražolė.
Sėjamasis pastarnokas.
Smidras.
Valgomoji gelteklė.
Valgomasis griežtis.
Valgomasis krienas.
Valgomoji morka.

Ūgiai:

Smidras.

Vaisiai:

Anyžius.
Ankštpipiris.
Daržovinė aguona.
Braškė.
Baklažanas.
Dumplūnė.
Kalendra.
Kanapė.
Kervelis.
Krapas.
Melionas.
Pankolis.
Petražolė.
Tikrasis arbūzas.
Valgomasis salieras.

Vaisių žievė:

Paprastasis agurkas.

Žiedai:

Pupa.
Paprastoji saulėgrąža.
Paprastoji trūkažolė.
Daržovinė aguona.

Žievė:

Valgomoji ropė.

Žolė:

Auginamasis dašis.
Bazilikas.
Kanapė.
Kervelis.
Mairūnas.
Mėlynžiedė ožragė.
Peletrūnas.
Poras.
Sėjamoji pipirnė.
Vaistinė agurklė.

SVARBESNIOSIOS AUGALŲ CHEMINĖS SUDĖTIES DALYS

Acto rūgštis:
Liubystras.

Aldehidai:
Pankolis.
Anyžius.

Alilbutilinis aliejus:
Ridikas.

Alildisulfidai:
Česnakas.

Alilizotiocianatas:
Krienas.

Aliliniai junginiai:
Svogūnas.

Alkaloidai:
Aguona.
Ankštpipiris.
Kanapė.

Amilaza:
Ridikas.

Anetolis:
Pankolis.
Anyžius.

Anyžių rūgštis:
Pankolis.

Antrachinonai:
Rabarbaras.

Antocianinas:
Saulėgrąža.

Apiolis:
Petražolė.

Arginina s:
Pupelė.
Smidras.

Arsenas:
Špinatas.
Smidras.

Asparaginas:
Gelteklė.
Krienas.
Morka.
Salieras.
Salota.
Smidras.

Azotinės medžiagos:
Kopūstas.
Morka.
Portulaka.
Žirnis.

Butilinės medžiagos:
Aguona.
Agurkas.
Gelteklė.
Juodgrūdė.
Pomidoras.
Pupa.
Runkelis.
Salota.
Soja.
Špinatas.
Žirnis.

Bario junginiai:
Dašis.

Beazotinės ekstraktyvinės medžiagos:
Arbūzas.
Kopūstas.
Portulaka.
Ropė.
Runkelis.
Salota.
Žirnis.

Betainas:
Saulėgrąža.

Benzoinės rūgšties junginiai:
Liubystras.

Celiulioza:
Ropė.
Salota ir daug kitų.
Cholesterinas:
Kanapė.
Pupa.
Chlorofilas:
Špinatas ir daug kitų žalios spalvos augalų dalių.
Chloro junginiai:
Kalendra.
Kopūstas.
Pastarnokas.
Runkelis.
Cholinas:
Anyžius.
Kanapė.
Salieras.
Saulėgrąža.
Trūkažolė.
Cineolis:
Bazilikas.
Cinolis:
Dašis.
Citrinos rūgštis:
Bulvė.
Runkelis.
Salota.
Svogūnas.
Cukrus:
Agurkas.
Anyžius.
Braškė.
Gelteklė.
Kalendra.
Kanapė.
Kopūstas.
Liubystras.
Morka.
Pankolis.
Pomidoras.
Runkelis.
Rūgštynė.
Salota.
Smidras.
Trūkažolė.
Vervingos medžiagos:
Agurklė.
Juodgrūdė.
Kanapė.
Liubystras.
Moliūgas.
Pomidoras.
Diastazas:
Ridikas.
Edestinas:
Kanapė.
Moliūgas.
Eteringieji aliejai:
Agurkas.
Agurklė.
Anyžius.
Ankštpipiris.
Bazilikas.
Česnakas.
Dašis.
Juodgrūdė.
Kalendra.
Kervelis.
Krapas.
Krienas.
Liubystras.
Morka.
Pankolis.
Pastarnokas.
Peletrūnas.
Salieras.
Svogūnas.
Fosforo junginiai:
Braškė.
Dašis.

Kalendra.
Kanapė.
Kopūstas.
Runkelis.
Salota.
Smidras.
Soja.
Špinatas.
Žirnis.

Faseolinas:
Pupelė.

Fasolinas:
Pupelė.

Fitinas:
Moliūgas.

Fitosterinas:
Moliūgas.

Flavonai:
Pupelė.

Geležies junginiai:
Braškė.
Kalendra.
Kanapė.
Soja.
Špinatas.

Geraniolis:
Kalendra.

Gintarinė rūgštis:
Salota.
Smidras.

Gleivingos medžiagos:
Aguona.
Agurklė.
Liubystras.
Runkelis.
Svogūnas.

Gliukozidai:
Česnakas.
Kervelis.
Krienas.
Ridikas.
Salieras.

Gliceridai:
Pupa.

Gliukoza:
Pastarnokas.

Globulinas:
Kanapė.

Glutoninas:
Salieras.

Hormonai:
Saulėgrąža.

Inulinas:
Gelteklė.
Saulėgrąža bulvinė.
Svogūnas.
Trūkažolė.

nozitai:
Salieras.

Ketonai:
Anyžius.
Pankolis.

Kalio junginiai:
Agurklė.
Kalendra.
Kopūstas.
Krienas.
Pastarnokas.
Pupa.
Runkelis.
Rūgštynė.
Salota.
Soja.
Špinatas.
Žirnis ir kt.

Kalcio junginiai:
Agurklė.
Kalendra.
Kanapė.

Portulakas.
Soja ir daug kitų.

Kamfenai:
Pankolis.

Kartumynai:
Kervelis.
Mairūnas.
Peletrūnas.

Karotinas:
Morka.
Kanapė.

Karvakrolis:
Dašis.

Krakmolas:
Bulvė.
Liubystras.
Pomidoras.

Kvercimetrinas:
Saulėgrąža.

Laktucinas:
Salota.

Lecitinas:
Kanapė.
Moliūgas.
Morka.
Pupa.
Soja.
Smidras.

Levulinas:
Trūkažolė.

Limonenas:
Salieras.

Linalolis:
Bazilikas.

Magnio junginiai:
Kalendra.
Kopūstas.
Pastarnokas.
Pupa.
Runkelis.
Salota.
Soja.

Manitas:
Salieras.
Salota.

Melantinas (gliukozidas):
Juodgrūdė.
Svogūnas.

Mirozinas:
Garstyčia.

Natrio junginiai:
Kalendra.
Kopūstas.
Pastarnokas.
Runkelis.
Salota ir daug kitų.

Nukleinas:
Kanapė.
Pupa.

Palmitinė rūgštis:
Salieras.

Parafizosterinas:
Pupelė.

Pektinai:
Pastarnokas.
Runkelis.
Trūkažolė.

Pentaza:
Ridikas.

Pieno rūgštis:
Agurkas.
Bulvė.

Pinenas:
Kalendra.
Pankolis.

Proteinai:
Arbūzas.
Braškė.
Kanapė.

Morka.
Ropė.

Rauginės medžiagos:
Bazilikas.
Dašis.
Mairūnas.
Peletrūnas.
Trūkažolė.

Reopurgarinai:
Rabarbaras.

Riebalingosios medžiagos:
Aguona.
Arbūzas.
Garstyčia.
Juodgrūdė.
Kalendra.
Kanapė.
Kervelis.
Kopūstas.
Krapas.
Moliūgas.
Pankolis.
Pomidoras.
Portulaka.
Pupa.
Ropė.
Rūgštynė.
Runkelis.
Salota.
Trūkažolė.

Sacharoza:
Svogūnas.
Bazilikas.
Juodgrūdė.
Kukurūzas.
Pomidoras.
Smidras.

Salicinė rūgštis:
Moliūgas.

Sieros junginiai:
Česnakas.
Dašis.
Kalendra.
Kopūstas.
Krienas.
Portulaka.
Ridikas.
Runkelis.

Silicio junginiai:
Runkelis.

Sinalbinas (gliukozidas):
Garstyčia.

Sinapinas:
Garstyčia.

Solaninas:
Bulvė.
Pomidoras.

Solaneinas:
Bulvė.

Solanidinas:
Bulvė.

Sulfidai:
Svogūnas.

Tanidai:
Braškė.

Tannogliukozidai:
Rabarbaras.

Terpenai:
Dašis.

Terpineoliai:
Liubystras.

Tirozinas:
Salieras.
Smidras.

Tropeinas:
Bulvė.

Ureaza (fermentas):
Soja.

Obuolinė rūgštis:
Bulvė.

Liubystras.
Morka.
Pomidoras.
Runkelis.
Salota.

Oksiceratinė rūgštis
Moliūgas.

Valerijonų rūgštis:
Liubystras.

Vitaminai:
Ankštpipiris.
Braškė.
Bulvė.
Kalendra.
Kopūstas.
Morka.
Pomidoras.
Rūgštynė.
Smidras.
Soja.
Svogūnas.
Špinatas.
Žirnis.

Vynuoginė rūgštis:
Pomidoras.
Runkelis.

FARMACINIAI PREPARATAI

Aqua Anisi:
Anyžius.

Aqua Capsici:
Ankštpipiris.

Bulbus Allii sativi:
Česnakas.

Bulbus Cepae:
Svogūnas.

Capita Papaveris:
Aguona.

Charta sinapisata:
Garstyčia.

Cortex fructus Phaseoli:
Pupelė.

Collyrium sedativum:
Salota.

Emplastrum Capsici:
Ankštpipiris.

Extractum Allii sativi fluidum:
Česnakas.

Extractum Capsici:
Ankštpipiris.

Extractum Lactucae:
Salota.

Extractum Maydis fluidum:
Kukurūzas.

Extractum Rhei:
Rabarbaras.

Farina Sinapis:
Garstyčia.

Flores Cichorii:
Trūkažolė.

Flores Helianthi annui:
Saulėgrąža.

Folia Cichorii:
Trūkažolė.

Folia Cynarae:
Artišokas.

Folia Fragariae hybridae:
Braškė.

Folia Helianthi tuberosi:
Saulėgrąža, bulvinė.

Folia Petroselini:
Petražolė.

Folia Rumicis acetosae:
Rūgštynė.
Fructus Anethi:
Krapas.
Fructus Anisi:
Anyžius.
Fructus Capsici:
Ankštpipiris.
Fructus Cerefolii:
Kervelis.
Fructus Coriandri:
Kalendra.
Fructus Fragariae hybridae:
Braškė.
Fructus Foeniculi:
Pankolis.
Fructus Papaveris:
Aguona.
Fructus Petroselini:
Petražolė.
Herba Aegipticae:
Ožragė.
Herba Basilici:
Bazilikas.
Herba Borraginis:
Agurklė.
Herba Cerefolii:
Kervelis.
Herba Majoranae:
Mairūnas.
Herba Meliloti coerulei:
Ožragė.
Herba Saturejae:
Dašis.
Lactucarium gallicum:
Salota.
Linimentum Capsici:
Ankštpipiris.
Liquor Ammonii anisatus:
Anyžius.
Oleum Anethi aethereum:
Krapas.
Oleum Anisi aethereum:
Anyžius.
Oleum Apii graveolentis aethereum:
Salieras.
Oleum Basilici aethereum:
Bazilikas.
Oleum Coriandri aethereum:
Kalendra.
Oleum Foeniculi aethereum:
Pankolis.
Oleum Levistici aethereum:
Liubystras.
Oleum Majoranae aethereum:
Mairūnas.
Oleum Petroselini aethereum:
Petražolė.
Oleum Saturejae aethereum:
Dašis.
Opium:
Aguona.
Radix Apii graveolentis:
Salieras.
Radix Armoraciae:
Krienas.
Radix Asparagi:
Smidras.
Radix Cichorii:
Trūkažolė.
Radix Fragariae hybridae:
Braškė.
Radix Levistici:
Liubystras.
Radix Pastinacae:
Pastarnokas.

Radix Petroselini:
Petražolė.

Radix Rhei undulati:
Rabarbaras.

Semen Apii graveolentis:
Salieras.

Semen Cannabis:
Kanapė.

Semen Cucurbitae:
Moliūgas.

Semen Erucae:
Garstyčia.

Semen Melanthii:
Juodgrūdė.

Semen Nigellae:
Juodgrūdė.

Semen Sinapis:
Garstyčia.

Sirupus Anisi:
Anyžius.

Sirupus Rhei undulati:
Rabarbaras.

Stigma Maydis:
Kukurūzas.

Succus Allii sativi:
Česnakas.

Succus Borraginis:
Agurklė.

Succus Cepae:
Svogūnas.

Succus Cucumis sativi:
Agurkas.

Succus Melonum:
Melionas.

Succus Raphani sativi:
Ridikas.

Summitates Cannabis:
Kanapė.

Testae Phaseoli:
Pupelė.

Tinctura Allii sativi:
Česnakas.

Tinctura Anisi:
Anyžius.

Tinctura Asparagi:
Smidras.

Tinctura Cannabis:
Kanapė.

Tinctura Capsici:
Ankštpipiris.

Tinctura Helianthi annui:
Saulėgrąža.

Tinctura Rhei undulati:
Rabarbaras.

Unguentum Capsici:
Ankštpipiris.

Vinum Rhei undulati:
Rabarbaras.

AUGALŲ SUSKIRSTYMAS PAGAL JŲ TAIKYMĄ

(LIETUVIŠKA TAIKYMO NOMENKLATŪRA)

ODOS LIGOS

Odos smulkus išbėrimas:
Agurkas.
Ridikas.
Ropė.
Rūgštynė.
Špinatas.

Odos apiplikymas:
Morka.
Bulvė.

Odos apšalimas:
Agurkas.
Ropė.
Odos uždegimas:
Bulvė.
Baklažanas.
Odos suerzinimas:
Gelteklė.
Odos kraujavimas:
Pupa.
Odos pleiskanojimas:
Bulvė.
Odos pūliuojančios žaizdos:
Kervelis.
Runkelis.
Svogūnas.
Odos džiova:
Agurkas.
Odai erzinti:
Ankštpipiris.
Odos kosmetika:
Agurkas.
Pupa.
Votys:
Kopūstas.
Liubystras.
Morka.
Salota.
Svogūnas.
Spuogai:
Pomidoras.
Niežai:
Anyžius.
Kopūstas.
Runkelis.
Šašai:
Pomidoras.
Runkelis.
Dedervinės:
Pupelė.
Runkelis.
Egzemos:
Kervelis.
Smidras.
Dilgynė (Urticaria):
Salieras.
Plaukų slinkimas:
Bulvė.
Raudonligė:
Pomidoras.
Sutinimai:
Dašis.
Griežtis.
Ožragė.
Pomidoras.
Pupa.
Žirnis.
Nuospaudos:
Portulaka.
Karpos:
Kopūstas.
Utėlės:
Anyžius.
Petražolė.

BURNOS IR GOMURIO LIGOS

Burnos dezinfekcija:
Ankštpipiris.
Svogūnas.
Žaizdos burnoje ir „grybelis“:
Ropė.
Gomurio uždegimas (Faringitas):
Bazilikas.
Bulvė.
Pažandžių uždegimas:
Kervelis.
Svogūnas.
Angina:
Ankštpipiris.

Žandikaulio uždegimas (Fliusas):
Žirnis.
Skausmingas dantų dygimas:
Ropė.

NOSIES IR GERKLĖS LIGOS

Sloga:
Krienas.
Runkelis.
Svogūnas.
Kvėpuojamosios gerklės uždegimas (Laringitas):
Bulvė.
Užkimimas:
Krienas.

SKRANDŽIO LIGOS

Virškinimo sutrikimas:
Ankštpipiris.
Baklažanas.
Bulvė.
Česnakas.
Kopūstas.
Krienas.
Liubystras.
Morka.
Peletrūnas.
Petražolė.
Padidintas rūgštingumas:
Bulvė.
Pupelė.
Skrandžio sloga:
Aguona.
Garstyčia.
Apetitui žadinti:
Anyžius.
Pastarnokas.
Pankolis.
Pastarnokas.
Trūkažolė.
Pilvo išpūtimas:
Anyžius.
Baklažanas.
Peletrūnas.
Svogūnas.
Opa skrandyje:
Aguona.
Bulvė.
Kartėlis (rėmuo):
Portulaka.
Diegliai viduriuose:
Krapas.

ŽARNŲ LIGOS

Žarnų sloga:
Bazilikas.
Česnakas.
Dašis.
Rabarbaras.
Ridikas.
Žarnų dezinfekavimas:
Česnakas.
Žirnis.
Vidurių palaidumas:
Pankolis.
Pupa.
Rabarbaras.
Runkelis.
Kraujavimas:
Aguona.
Arbūzas.
Rūgštynė.
Parazitai žarnose:
Agurkas.
Česnakas.
Moliūgas.
Svogūnas.

JEKNŲ IR TULŽIES LIGOS

Jeknų patinimas:
- Trūkažolė.
- Špinatas.

Jeknų akmenys:
- Rabarbaras.

Tulžies patvinkimas:
- Ridikas.
- Trūkažolė.

INKSTŲ IR PŪSLĖS LIGOS

Inkstų suerzinimas:
- Moliūgas.
- Pupelė.

Smėlys inkstuose:
- Dumplūnė.
- Pupa.

Inkstų sloga:
- Kanapė.

Pūslės suerzinimas:
- Pastarnokas.
- Smidras.

Pūslės sloga:
- Bazilikas.

Šlapimo užsilaikymas:
- Salieras.
- Svogūnas.

LYTIES LIGOS

Gonorėja:
- Petražolė.
- Kanapė.

Lyties nusilpimas:
- Kanapė.
- Morka.
- Salieras.

Lyties isterija:
- Portulaka.

KRAUJO LIGOS IR MITIMO SUTRIKIMAS

Avitaminozė:
- Rūgštynė.
- Špinatas.

Podagra:
- Garstyčia.
- Kopūstas.
- Krienas.
- Poras.
- Ridikas.
- Soja.

Reumatas:
- Ankštpipiris.
- Dumplūnė.
- Griežtis.
- Poras.
- Ridikas.
- Špinatas.

Rachitas:
- Braškė.
- Morka.
- Ožragė.
- Špinatas.

Skorbutas:
- Garstyčia.
- Kopūstas.
- Krienas.
- Pipirnė.
- Ridikas.

Hemorojus:
- Gelteklė.
- Kervelis.
- Melionas.

Mažakraujystė:
- Braškė.
- Morka.
- Rūgštynė.
- Špinatas.

Skrofula:
Kervelis.
Kopūstas.
Ožragė.

Cukraus liga:
Pupelė.
Soja.

Kraujo valymas:
Portulaka.
Trūkažolė.

Organizmo glebumas:
Morka.
Pipirnė.
Pupa.
Soja.

Liesėjimas:
Morka.
Runkelis.

Nutukimas:
Kukurūzas.

Strėnų skausmai:
Pupa.

Išijas:
Pupelė.
Ridikas.

Arteriosklerozė:
Česnakas.

Krūčių uždegimas:
Kopūstas.

Geltligė:
Rabarbaras.
Ridikas.

Pienui dauginti:
Krapas.

Basedowo liga:
Svogūnas.
Žirnis.

Blužnies susirgimai:
Trūkažolė.

Vėmimai:
Smidras.

Peršalimai:
Griežtis.

Organizmui šildyti:
Agurkas.

Kraujo antplūdis į galvą:
Kervelis.

Liaukų žadinimas:
Salieras.

INFEKCINĖS LIGOS

Gripas:
Česnakas.
Peletrūnas.

Drugys:
Saulėgrąža.

Tymai:
Ropė.

Difteritas:
Svogūnas.

Kiaulytė:
Žirnis.

Dizenterija:
Česnakas.

Cholera:
Česnakas.

NERVŲ LIGOS

Nervų stiprinimas:
Agurklė.
Morka.
Salieras.

Nemigas:
Krapas.
Portulaka.
Ridikas.

Nerviniai spazmai:
Aguona.

Kopūstas.
Salota.

Nerviniai galvos skausmai:
Agurkas.
Mairūnas.
Peletrūnas.

Ipochondrija:
Agurklė.

Melancholija:
Salota.

Neuralginiai skausmai:
Ankštpipiris.
Ridikas.
Svogūnas.

Nervų raminimas:
Runkelis.
Salota.

Periferinių nervų uždegimas:
Žirnis.

Virškinimo ir lyties sferos isteriniai sutrikimai:
Mairūnas.

ŠIRDIES LIGOS

Širdies nepakankamumas:
Smidras.
Žirnis.

Širdies apvalkalėlio uždegimas (Perikarditas):
Kanapė.

Padidintas kraujo spaudimas:
Česnakas.

Dusulys:
Garstyčia.
Griežtis.
Krienas.
Mairūnas.

Vandens liga:
Artišokas.
Krienas.
Morka.
Petražolė.
Pipirnė.

PLAUČIŲ IR BRONCHŲ LIGOS

Bronchitas:
Agurkas.
Anyžius.
Bulvė.
Česnakas.
Juodgrūdė.
Raudonasis kopūstas.
Salieras.

Plaučių uždegimas:
Bulvė.
Garstyčia.
Kopūstas.

Pleuritas:
Ankštpipiris.
Kanapė.
Pupelė.

Džiova:
Kervelis.
Kopūstas.
Ožragė.
Pastarnokas.
Saulėgrąža.

Alsavimo takų sloga:
Liubystras.
Pankolis.

Kosulys:
Bulvė.
Dašis.
Gelteklė.
Griežtis.
Peletrūnas.
Ridikas.
Svogūnas.

Plaučių gangrena:
Saulėgrąža.

MOTERŲ LIGOS

Skausmingos mėnesinės:
Kanapė.
Gimdymo skausmai:
Anyžius.

AKIŲ LIGOS

Akių skausmai:
Salota.

APSINUODIJIMAS

Nikotino žala:
Česnakas.
Pilvaplėnės uždegimas:
Agurklė.

LOTYNIŠKA TAIKYMO NOMENKLATŪRA

Anaemia:
Rūgštynė.
Anthelmintica:
Juodgrūdė.
Moliūgas.
Svogūnas.
Atonia:
Pipirnė.
Aphrodisiaca:
Petražolė.
Salieras.
Bronchiectasia:
Saulėgrąža.
Carminativum:
Kalendra.
Chlorosis:
Rūgštynė.
Cholecystitis:
Ridikas.
Chologogum:
Ridikas.
Trūkažolė.
Cystitis:
Agurkas.
Diaphoreticum:
Griežtis.
Diarrhoea:
Braškė.
Dašis.
Dilatatio:
Žirnis.
Dispepsia:
Melionas.
Diuretica:
Artišokas.
Kukurūzas.
Liubystras.
Moliūgas.
Pankolis.
Petražolė.
Salieras.
Salota.
Svogūnas.
Emollientia:
Griežtis.
Salota.
Emeticum:
Melionas.
Expectorantia:
Anyžius.
Griežtis.
Gastroenteritis:
Dašis.

Haemorrhagia:
Rūgštynė.

Hydrops:
Kukurūzas.

Insufficientia:
Žirnis.

Lactogogum:
Anyžius.
Juodgrūdė.
Krapas.

Lumbago:
Poras.

Meteorismus:
Juodgrūdė.

Nephritis:
Agurkas.

Oedema:
Žirnis.

Panaritium:
Svogūnas.

Parotitis:
Žirnis.

Pemphigus:
Ridikas.

Pneumonia:
Ankštpipiris.

Purgans:
Rabarbaras.

Polyneuritis:
Žirnis.

Resolventia:
Ožragė.
Pupa.

Rubefaciens:
Ridikas.

Sedativum:
Anyžius.

Stomachicum:
Kalendra.
Rabarbaras.

Tonicum:
Braškė.

Urticaria:
Salieras.

LIETUVIŠKI AUGALŲ VARDAI

	Psl.
Aguona, daržinė	7
Agurkas, paprastasis	9
Agurklė, vaistinė	12
Anyžius	14
Ankštpipiris, paprika	17
Arbūzas, tikrasis	19
Artišokas	22
Baklažanas	24
Bazilikas, kvapusis	27
Braškė	30
Bulvė, valgomoji	32
Česnakas, valgomasis	34
Dašis, auginamasis	36
Dumplūnė	38
Garstyčia, baltoji	40
Gelteklė, valgomoji	42
Griežtis, valgomasis	45
Juodgrūdė, sėjamoji	47
Kalendra	49
Kanapė	52
Kervelis	54
Kopūstas, gūžinis	56
Kopūstas, raudongalvis	59
Krapas	60
Krienas, valgomasis	62
Kukurūzas	64
Liubystras	67
Mairūnas	69
Melionas	72
Moliūgas, paprastasis	76
Morka, valgomoji	79
Ožragė, mėlynžiedė	81
Pankolis	84
Pastarnokas, sėjamasis	87
Peletrūnas	89
Petražolė	91
Pipirnė, sėjamoji	94
Pomidoras	96
Poras	98
Portulaka, daržovinė	100
Pupa	102
Pupelė, daržinė	105
Rabarbaras, daržovinis	108
Ridikas, juodasis	110
Ropė, mažoji (valgomoji)	113
Runkelis, cviklinis (Burokas valgomasis)	116
Rūgštynė, valgomoji	119
Salieras, valgomasis	122
Salota, sėjamoji	126
Saulėgrąža, bulvinė	129
Saulėgrąža, paprastoji	131
Smidras	133
Soja	135
Svogūnas, valgomasis	137
Špinatas	139
Trūkažolė, paprastoji	143
Žirnis, sėjamasis	144

LOTYNIŠKI AUGALŲ VARDAI

	Psl.
Allium Cepa	137
Allium Porrum	98
Allium sativum	34
Anethum graveolens	60
Apium graveolens	122
Artemisia Dracunculus	89
Asparagus officinalis	133
Beta vulgaris var. Cicla	116
Brassica Napus v. Napobrassica	45
Brassica oleracea v. capitata	56
Brassica oleracea v. rubra	59
Brassica Rápa var. Rápa subv. pygmaea	113
Borrago officinalis	12
Cannabis sativa	52
Capsicum annuum	17
Chaerefolium Cerefolium	54
Cichorium Intybus	143
Citrullus vulgaris	19
Cochlearia armoracia	62
Coriandrum sativum	49
Cucumis Melo	72
Cucumis sativus	9
Cucurbita Pepo	76
Cynara Scolymus	22
Daucus Carota	79
Foeniculum vulgare	84
Fragaria vesca var. hybrida	30
Helianthus annuus	131
Helianthus tuberosus	129
Lactuca sativa	126
Lepidium sativum	94
Levisticum officinale	67
Majorana hortensis	69
Nigella sativa	47
Ocimum Basilicum	27
Papaver somniferum	7
Pastinaca sativa	87
Petroselinum sativum	91
Phaseolus vulgaris	105
Physalis peruviana	38
Pimpinella Anisum	14
Portulaca sativa	100
Pisum sativum	144
Raphanus sativus var. nigra	110
Rheum undulatum	108
Rumex acetosa	119
Satureja hortensis	36
Scorzonera hispanica	42
Sinapis alba	40
Soja hispida	135
Solanum Lycopersicum	96
Solanum Melongena	24
Solanum tuberosum	32
Spinacia oleracea	139
Trigonella coerulea	81
Vicia Faba	102
Zea Mays	64

RUSIŠKI AUGALŲ VARDAI

Анис	14
Арбуз	19
Артишок	22
Базилик	27
Баклажан	24
Боб	102
Брюква	45
Горох	144
Горчица белая	40
Дыня	72
Жеруха	94
Земляная груша	129
Зоря	67
Капуста	56

Картофель 32
Кервель 54
Кишнец 49
Клубника 30
Козелец 42
Конопля 52
Красная капуста 59
Кукуруза 64
Лук 137
Майоран 69
Мак 7
Морковь 79
Огурец 9
Огуречник 12
Пастернак 87
Перец стручковый 17
Петрушка 91
Подсолнечник 131
Помидор 96
Порей 98
Портулак 100
Пузырь 38
Ревень 108
Редька 110
Репа 113
Салат 126
Свёкла 116
Сельдерей 122
Спаржа 133
Соя 135
Треуголка 81
Тыква 76
Укроп 60
Фасоль 105
Фенхель 84
Хрен 62
Цикорий 143
Чабер 36
Чернушка 47
Чеснок 34
Шпинат 139
Щавель 119
Эстрагон 89

LATVIŠKI AUGALŲ VARDAI

	Psl.		Psl.
Bietes	116	Lubstāji	67
Burkans	79	Magone	7
Cietkersas	94	Majorans	69
Cigorini	143	Mārrutks	62
Dilles	60	Mores	87
Fenchels	84	Petersili	91
Gurkenes	12	Pupas	102
Gurki	9	Rabarberes	108
Griežni	45	Rāceni	113
Kanepes	52	Raudupes	42
Kaposti	56	Rutks	110
Kāršpupas	105	Salāti	126
Kartupeli	32	Saulegriezes	131
Kiploks	34	Seleriņi	122
Kirbji	76	Sinepes	40
Koriandrs	49	Sīpuols	137

	Psl.		Psl.
Skābene	119	Tomati	96
Sparguli	133	Zirni	144
Turku pipars	17		

LENKIŠKI AUGALŲ VARDAI

	Psl.		Psl.
Aniž	14	Mak	7
Bazylja	27	Marchew	79
Bób	102	Melon	72
Burak	116	Oberzynka	24
Cebula	137	Ogóreczník	12
Chrzan	62	Ogórek	9
Czarnuszka	47	Pankul	84
Cząber	36	Pasternak	87
Czosnek	34	Pieprz turecki	17
Cykorja	143	Pietruszka	91
Dynia	76	Pomidor	96
Estragon	89	Por	98
Fasola	105	Portulak	100
Gorczyca	40	Rabarber	108
Groch	144	Rzepa	113
Kapusta	56	Rzerzucha	94
Kapusta czerwona	59	Rzodkiew	110
Kardy	22	Sałata	126
Karpiel	45	Selery	122
Kartofla	32	Słonecznik	131
Kawon	19	Soja	135
Kolendra	49	Szczaw	119
Konopie	52	Szparag	133
Koper	60	Szpinak	139
Koziaradka	81	Topinambur	129
Kukuruza	64	Truskawka	30
Lubczyk	67	Trybula	54
Majoran	69	Wężymord	42

VOKIŠKI AUGALŲ VARDAI

	Psl.		Psl.
Ampfer	119	Basilienkraut	27
Anis	14	Blasenkirsche. Essbare Schlutte	38
Artischoke	22	Bohne	105

	Psl.
Bohnenkraut	36
Boretsch	12
Dill	60
Eierkraut	24
Erbse	144
Erdbeere	30
Erdbirne	129
Estragon	89
Feld-Bohne	102
Fenchel	84
Garten-Kresse	94
Garten-Salat	126
Gurke	9
Hanf	52
Kartoffel	32
Kerbel	54
Knoblauch	34
Kohlrübe	45
Kopfkohl	56
Koriander	49
Kürbis	76
Liebstöckel	67
Mais	64
Majoran	69
Meerrettich	62
Melone	72
Mohn	7
Möhre	79
Pastinak	87
Petersilie	91
Porre	98
Portulak	100
Rettich	110
Rhabarber	108
Rote Rübe	116
Rotkraut	59
Schwarz Kümmel	47
Schwarzwurz	42
Sellerie	122
Senf	40
Siebengezeit	81
Soja	135
Sonnenblüme	131
Spanischer Pfeffer	17
Spargel	133
Speiserübe	113
Spinat	139
Tomate	96
Wasser-Melone	19
Zichorie	143
Zwiebel	137

LITERATŪRA

J. Dagys (red.), „Lietuviškas Botanikos Žodynas“. Kaunas, 1938.

J. Strazdas, „Daržovių auginimas“. Vilnius, 1942.

„Žemės Ūkio Vadovas“, II tom. Kaunas, 1942.

J. Midvikis ir J. Mockaitis, „Daržovių sėklų auginimas“. Kaunas, 1941.

J. Kriščiūnas, „Šakniavaisių auginimas“. Kaunas, 1927.

„ „Kaip ir kuomi trešti daržas, sodas ir rūtų darželis“. Kaunas, 1923.

E. Gimbutienė, „Daržovių sėklininkystės vadovėlis“. Vilnius, 1942.

K. Grybauskas, „Vaistingieji Lietuvos augalai“, II dal., Kaunas, 1935.

В. К. Варлих, „Русския лекарственныя растения“, С.-Петербург, 1912, Сельскохозяйственная Энциклопедия“ том II, III и IV, изд. Сельхозгиз.

Н. Анненков, „Ботанический Словарь“. Санктпетербург, 1878.

В. М. Флоринский, „Русские простонародные травинки и лечебники“. Казань, 1879

В. Г. Лазарев (перевод) „Диагностика и Терапия“. Петроград — Киев, 1916.

И. И. Спрыгин, „Лекарственные растения Пензенской области“ Пенза, 1945.

Н. А. Львов, „Культура мяты“. Москва, 1931.

А. Дубровин, „Лекарственные растения“, Ленинград, 1925.

Г. С. Оголевец (ред), „Лекарственно - Технические растения“. Москва, 1940.

Britton and Brown, „Illustred Flora“ II ir III tom. New York, 1913.

J. Resnais, „Latvijas Arstneecības Stādi“ I daļa. Riga, 1921.

„ „Latvijas Arstneecības Stādi“ II daļa. Riga, 1923.

R. Jakobsons, „Drogu saraksts“. Riga, 1941.

A. Čaris - J. Demilly, „La culture des Plantes Médicinales“. Paris, 1919.

F. J. Kazin, „Traité pratique et raisonné des Plantes Médicinales“. Paris, 1886.

Vl. Lašas, „Lietuvos gyventojo maisto racionas“. Kaunas, 1933.

„ „Lietuvos gyventojo mitimas“. Kaunas, 1933.

„ „Kolektyvinis maisto racionas“. Kaunas, 1934.

„ „Mitybos mokslo pagrindai“. Kaunas, 1945.

„ „Endokrininės liaukos“, Kaunas, 1946.

A. Pic et S. Bonnamour, „Phytotherapie Médicaments végétaux". Paris, 1923.
H. Baillon, „Traité de Botanique médicinale". Paris, 1884.
G. Nicholson (S. Mottet), „Dictionnaire pratique d'Horticulture et de Gardinage" I ir II tom.
J. Dombrowski, „Uprawa roślin lekarskich". Warszawa, 1922.
J. Muszyński, „Leki roślinne i tak zwane kuracje ziołowe". 1934.
„ „Skarby lecznicze w przyrodzie". Vilnius, 1938.
„ „O Fytoterapji doby dzisiejszej". Warszawa, 1934.
„ „Nawrót do fytoterapjii w lecznictwie współczesnym", Lwów, 1937.
J. Motyk i P. Panycz, „Rośliny lecznicze i przemysłowe w Polsce. Lwów-Warszawa, 1936.
J. Rapeczewski, „Technologja żywności" I ir II tom., Warszawa, 1933.
W. Ripperger, „Grundlagen zur praktischen Pflanzenheilkunde". Stuttgart-Leipzig, 1937.
H. Marzell, „Geschichte und Volkskunde der deutschen Heilpflanzen". Stuttgart, 1938.
F. Losch, „Kräuterbuch". 1914.
L. Diels, „Ersatzstoffe aus dem Pflanzenreich". Stuttgart, 1918.
J. Becker-Dillingen, „Handbuch des Gesamten Gemüsebaues". IV tom., Berlin, 1929.
G. C. Wittstein, „Handwörterbuch der Pharmakognosie des Pflanzenreichs". Breslau, 1882.
G. Kunze, „A. Richards Medizinische Botanik" I ir II tom. Berlin, 1824.
A. P. Dinand, „Handbuch der Heilpflanzenkunde". München, 1921.
G. Madaus, „Lehrbuch der biologischen Heilmittel" I, II ir III tom. Leipzig, 1938.
G. Hegi, „Illustrierte Flora von Mittel-Europa" IV tom. 3 dalis.
R. Jaretzky, „Lehrbuch der Pharmakognosie". Berlin, 1937.
M. Birchner-Benner, „Frischgemüse im Haushalt". Leipzig.
W. Heupke, „Obstkuren". Frankfurt M., 1939.
K. W. Merz, „Grundlagen der Pharmakologie". Stuttgart, 1943.
K. Schneider, „Deutschlands Gemüseversorgung". Berlin, 1939.
E. Meyer, „Lebenskunde" I tom. Erfurt, 1941.
K. Regelis, „Augalų sistematika" I d. Kaunas, 1935.
„ „ „ II d. Kaunas, 1941.

TURINYS

Psl.

Pratartis 5

I. Lietuvos TSR Auginamų Daržovių Vaistingumas 7

Aguona, daržinė 7
Agurkas, paprastasis 9
Agurklė, vaistinė 12
Anyžius 14
Ankštpipiris, paprika 17
Arbūzas, tikrasis 19
Artišokas 22
Baklažanas 24
Bazilikas, kvapusis 27
Braškė 30
Bulvė, valgomoji 32
Česnakas, valgomasis 34
Dašis, auginamasis 36
Dumplūnė 38
Garstyčia, baltoji 40
Gelteklė, valgomoji 42
Griežtis, valgomasis 45
Juodgrūdė, sėjamoji 47
Kalendra 49
Kanapė 52
Kervelis 54
Kopūstas (bastutis), gūžinis 56
Kopūstas (bastutis), raudonasis 59
Krapas 60
Krienas (kartynės), valgomasis 62
Kukurūzas 64
Liubystras 67
Mairūnas 69

Psl.
Melionas 72
Moliūgas, paprastasis 76
Morka, valgomoji 79
Ožragė, mėlynžiedė 81
Pankolis 84
Pastarnokas, sėjamasis 87
Peletrūnas 89
Petražolė 91
Pipirnė, sėjamoji 94
Pomidoras 96
Poras 98
Portulaka, daržovinė 100
Pupa 102
Pupelė, daržinė 105
Rabarbaras, daržovinis 108
Ridikas, juodasis 110
Ropė, mažoji (valgomoji) 113
Runkelis, cviklinis (burokas valgomasis) 116
Rūgštynė, valgomoji 119
Salieras, valgomasis 122
Salota, sėjamoji 126
Saulėgrąža, bulvinė 129
Saulėgrąža, paprastoji 131
Smidras 133
Soja 135
Svogūnas, valgomasis 137
Špinatas 139
Trūkažolė, paprastoji 143
Žirnis, sėjamasis 144
Tekste minimų augalų suskirstymas pagal šeimas 149
Tekste minimų augalų suskirstymas pagal jų naudojamas dalis 150
Svarbesniosios augalų cheminės sudėties dalys 152
Farmaciniai preparatai 157
Augalų suskirstymas pagal jų taikymą (Lietuviška taikymo nomenklatūra)
Odos ligos 159
Burnos ir gomurio ligos 160
Nosies ir gerklės ligos 161
Skrandžio ligos 161
Žarnų ligos 161
Jeknų ir tulžies ligos 162

Psl.
Inkstų ir pūslės ligos 162
Lyties ligos 162
Kraujo ligos ir mitimo sutrikimas 162
Infekcinės ligos 163
Nervų ligos 163
Širdies ligos 164
Plaučių ir bronchų ligos 164
Moterų ligos 165
Akių ligos 165
Apsinuodijimas 165
Lotyniško taikymo nomenklatūra 165
Lietuviški augalų vardai 167
Lotyniški augalų vardai 168
Rusiški augalų vardai 168
Latviški augalų vardai 169
Lenkiški augalų vardai 170
Vokiški augalų vardai 170
Literatūra 172

Valstybinė
Centr. Mokslo Med.
BIBLIOTEKA
5; 42629

Kaina Rb. 12,—

9285
K 830